

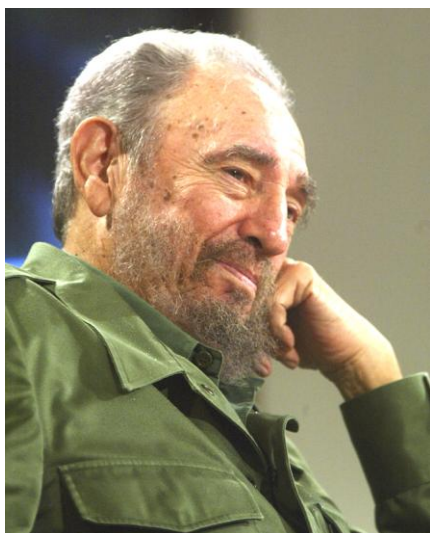
**UNIVERSIDAD DE LAS CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE
“MANUEL FAJARDO”
FACULTAD DE CULTURA FÍSICA “NANCY URANGA ROMAGOZA”
PINAR DEL RÍO**

**TESIS PRESENTADA EN OPCIÓN AL TÍTULO ACADÉMICO DE MÁSTER EN
ACTIVIDAD FÍSICA EN LA COMUNIDAD**

TÍTULO: Plan de acciones deportivo-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

AUTOR: Lic. Misleydis Gómez Hernández

TUTOR: MSc. Annia Gómez Valdés



*“Cuando cada muchacho encuentre en la ciudad,
en el pueblo, en el barrio, un lugar apropiado
para desarrollar sus condiciones físicas y
dedicarse por entero a la práctica del deporte
de su preferencia, habremos visto satisfecho
el deseo de todos los que hemos hecho esta revolución...”*

Fidel Castro Ruz

DEDICATORIA

Si el esfuerzo se convierte en éxito, quisiera dedicárselo a mi familia y amigos. Cada noche de desvelo, cada evaluación y cada día que se hacían interminables, creía que no podía lograrlo. Pensaba en aquellas personas que han asumido un papel determinante en mi vida, a todos los que de una u otra forma, les debo haber llegado hasta aquí.

Gracias

AGRADECIMIENTO

Agradecer es:

Recordar por siempre a quien de muchas maneras nos prestan ayuda.

Tenerlos presentes en el desarrollo de cada actividad.

Hacer que actuemos acorde a las orientaciones y los buenos consejos que nos brindan.

Agradecer es:

Valorar, admirar, y reconocer los esfuerzos realizados por las buenas personas. Será entonces, para mi familia, amigos, compañeros de trabajo y profesores que les debe todo lo que soy. A las muchas personas que han ayudado a que este sueño se haga realidad. Aún cuando sus nombres no estén reflejados aquí, sí lo están en mi corazón.

Mis agradecimientos especiales para mi tutora: MSc. Annia Gómez Valdez.

RESUMEN

Este trabajo tiene su punto de partida en el debilitamiento que existe en la práctica del balonmano en la comunidad, el mismo persigue como objetivo fundamental proponer un plan de acciones deportivo-recreativas que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, del consejo popular “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez, el cual consiste en acciones tanto deportivas, educativas y recreativas. Para el cumplimiento del mismo la autora se apoya en la utilización de diferentes métodos rectorados por el dialéctico materialista, donde se pueden encontrar los teóricos, destacándose el histórico-lógico, enfoque sistema, el análisis documental. Dentro de los empíricos la encuesta para niños, y a entrenadores y la observación. Además se utilizó el método de intervención comunitaria como entrevista a informantes claves y el fórum comunitario y los matemáticos estadísticos. Todos estos permitieron la recopilación de información, así como el procesamiento estadístico de los mismos. Esta investigación se puso en práctica durante un período de 3 meses obteniendo resultados satisfactorios. Las valoraciones emitidas por especialistas a partir de sus ideas, criterios y sugerencias facilitó profundizar en la propuesta y obtener resultados objetivos con vista a su validación y de esta forma hacerla extensiva.

	ÍNDICE	Páginas
	Introducción.	1
	Capítulo I. Fundamentos teóricos metodológicos.	9
1.1	Génesis y desarrollo de la masividad del deporte revolucionario.	9
1.2	Desarrollo de la masificación del deporte revolucionario.	10
1.3	Surgimiento y desarrollo del balonmano como juego	13
1.3.1	Los juegos en las actividades deportivo-recreativas.	15
1.3.2	Clasificación de los juegos.	18
1.3.3	Los juegos desde el punto de vista psicológico, biológico, social y educacional.	20
1.4	Actividad física y deporte para toda la población o deporte participativo en el contexto social comunitario.	24
1.5	La práctica masiva del deporte en personas que no llegan al alto rendimiento.	26
1.6	La actividad física en el hombre como un ente biopsicosocial.	28
1.6.1	Importancia de las actividades físicas en el desarrollo de la personalidad.	30
1.6.2	La actividad física recreativa como medio de desarrollo de la voluntad en el niño.	32
1.7	Características anátomo- fisiológicas de los niños de 9-11 años.	34
1.7.1	Formaciones psicológicas de la etapa.	36
2	Capítulo II: Marco metodológico investigativo.	37
2.1	Caracterización del consejo popular y la comunidad Hermanos Saíz.	37
2.2	Valoración del tipo de estudio investigativo.	38
2.3	Análisis de los resultados	39
2.4	Fundamentación y presentación de la propuesta.	47
2.4.1	Plan de acciones deportivo- recreativas para los niños de 9-11 años.	49
2.4.2	Dimensiones del plan de acciones deportivo- recreativas para los niños de 9-11 años.	51
2.5	Análisis de la valoración crítica de los especialistas.	59
2.6	Instrumentación.	60
2.7	Resultados de la observación final.	61
	Conclusiones	64
	Recomendaciones	65
	Bibliografía	
	Anexos	

INTRODUCCIÓN

El deporte cubano se caracteriza por el sentido humano encaminando todos los esfuerzos para llevar la Educación Física, el deporte y la recreación a todos los lugares del país, eliminando así la concepción clasista y discriminatoria que había predominado en la sociedad cubana en los años anteriores a 1959 y haciendo realidad el propósito de la Revolución de que el deporte, la cultura física y la recreación fueran verdaderamente un derecho del pueblo, enfrentando todas las dificultades, estableciendo sistemas, métodos, técnicas y procedimientos que han convertido en realidad esta aspiración.

Cuba ha crecido cuantitativa y cualitativamente no para alimentar criterios nacionalistas de corte chovinista o falsos orgullos de poderío deportivo, sino para demostrar la justeza de los principios, la impostergable relación entre masividad y calidad, la permanente interacción entre ciencia, conciencia y desarrollo.

Los cubanos han proclamado en todo el mundo, con modestia, pero con firmeza los valores de una verdadera cultura física para todo el pueblo, estrechamente vinculada a las exigencias funcionales de la salud. Esto responde a la esencia misma de los principios del socialismo; al carácter integral de la formación de los ciudadanos; al desarrollo de programas para todos, dirigidos hacia el logro de una evaluación óptima de las capacidades físicas y funcionales del hombre; a su disposición para el trabajo, el estudio y la defensa; al crecimiento de los índices de resistencia, fuerza y capacidad orgánica que demanda el esfuerzo de cada día.

La tarea más trascendente e importante fue la lucha por crear en la población la comprensión de la práctica sistemática de ejercicios físicos, de la práctica deportiva como medio de salud, de notable influencia en el crecimiento y desarrollo de los niños, y de la formación general y multifacética de las nuevas generaciones.

Es importante destacar como en la propia ley 936, creadora del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, se establece la creación de los consejos voluntarios deportivos, es decir, se plantea como principio que para el logro de una masividad consecuente y de una práctica sistemática de las actividades es necesaria la participación directa de las masas en la organización y desarrollo de los planes.

De esta forma, se cumple el principio que señala que toda actividad social tiene en el hombre su principal protagonista, lo que equivale a decir que todo proceso de popularización o masividad requiere y demanda la participación activa de las masas, esto a su vez no solo limita el pensamiento de que el deporte es un derecho de todos sino que puede convertirse también en un deber de todos, para facilitar las soluciones prácticas que conducen a un mayor nivel de posibilidades y oportunidades de participación para todos.

La meta de lograr una sociedad superior en todos los órdenes, no se limita a los esfuerzos de las instituciones, sino que requiere de la participación activa y creadora de cada individuo, en un esfuerzo permanente por mejorarse a sí mismo y al entorno. Eliminar el consumismo, la avaricia, el egoísmo, las relaciones mercantiles, la enajenación, la incomunicación, la discriminación de cualquier índole, la indiferencia por la suerte de los demás y otros vicios de las sociedades clasistas, que limitan y esclavizan al hombre, merman su disfrute existencial, la calidad de la existencia y la salud misma, constituye una meta difícil de alcanzar en las condiciones actuales del planeta, pero no imposible, Cuba constituye una muestra de ello.

El verdadero artífice de la obra deportiva de la revolución cubana es Fidel, sus ideas, orientaciones y pensamientos son el resultado de las circunstancias que promueven los cambios revolucionarios y los logros en la educación y desarrollo deportivo, cuya práctica siempre valoró como una dimensión formativa y con proyección ideológica que le permite evaluar la importancia de la ejercitación física y la práctica deportiva como un factor importante en la formación multifacético de niños y jóvenes, así como un necesario medio de higiene, salud y optimación de la capacidad de trabajo, de lucha contra los males y del sedentarismo en todas las edades.

Es por eso que en Cuba se le presta una gran atención a la masificación por la práctica de la actividad física y todo cubano tiene la posibilidad de practicar deportes de forma gratuita sin distinción de edad, género, raza, creencias religiosas o filiación política. En tal sentido, la comunidad se convierte en el primer escalón del deporte recreativo y del alto rendimiento. Por consiguiente se entiende como actividad física comunitaria como todo tipo de actividad física planificada o improvisada, que se desarrolla en un determinado conjunto o espacio residencial, en los que existe

determinada organización territorial. Surge como vía del uso del tiempo libre y la satisfacción de las necesidades recreativas físicas de esas poblaciones, con la concepción de que no hay que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa.

“En nuestro país, en los últimos tiempos, se ha observado un debilitamiento en la masificación por la práctica deportiva, lo cual incide no solo en la calidad de vida del ser humano sino también en la calidad del proceso de selección de talentos en edades tempranas como cimiento indispensable que sostiene la majestuosa edificación del deporte en la pirámides del alto rendimiento cubano”¹.

El deporte en la actualidad es víctima de las condiciones impuestas por las sociedades de consumo trayendo consecuencias negativas para el desarrollo integral del hombre, es por ello que en esta investigación se pretende profundizar en el trabajo de la masificación por la práctica del balonmano en los niños de 9-11 años del combinado deportivo #5 "Hermanos Saíz" del municipio San Juan y Martínez.

Se pretende entonces masificar a través de acciones deportivas-recreativas la práctica del balonmano, entendiéndose esto en términos absolutos a matrícula de participantes, en otras palabras cantidad real de niños involucrados en el proceso de la práctica de este juego, el cual responde a un concepto más amplio, masividad del deporte, que no es más que la correspondencia o interrelación existente entre masificación y los medios disponibles, condiciones ambientales, horarios y espacios para desarrollar la actividad, logrando con esto un desarrollo directo de participación de las masas en cuanto a organización y desarrollo de los diferentes planes y programas en aras de lograr una mejor salud en el pueblo, incrementar la satisfacción espiritual y por ende elevar la calidad de vida del pueblo en general, refiriéndose a las formas diferentes en que esta puede ser vivida o experimentada.

¹Díaz, J, R. (2009). Plan de acciones deportivas-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del Voleibol en niños de 8-10 años de la escuela comunitaria Ceferino González, del Municipio Pinar Del Río. Tesis presentada en opción al grado científico de Máster en Actividad física en la comunidad. Pinar del Río. FCF. "Nancy Uranga Romagoza". (2,Pág-2)

Al realizar una revisión de los programas de Educación Física se constata que ya no se encuentra el balonmano como deporte, aspecto que incide de forma negativa en la práctica de esta disciplina deportiva pues los niños no van a tener dominio de los elementos técnico-tácticos para su desempeño, lo que fundamenta el debilitamiento de la práctica del balonmano en edades tempranas.

Por otra parte en el diagnóstico realizado se constata que los entrenadores no logran mantener una matrícula estable en cuanto a cantidad de participantes, además no conocen los aspectos y objetivos fundamentales del trabajo de la masividad, no cuentan con un programa, una guía metodológica que oriente el trabajo de la misma en las escuelas comunitarias específicamente en niños de 9-11 años, por lo que la impartición de la actividad muchas veces se desarrolla de forma empírica e improvisada, carente de medios, materiales, utilizando diferentes juegos como el fútbol, el béisbol como única vía de desarrollo de la actividad con el grupo de masividad, sin utilizar el balonmano u otras ofertas recreativas que propicien los verdaderos objetivos de la masificación de este deporte en la comunidad “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez, siendo este un municipio que aporta atletas balonmanistas al alto rendimiento.

Además existe también un alto nivel de exigencia encaminado hacia los grupos de perspectivas y no así a los grupos masivos a pesar de conocer su importancia, y contribución en el logro del fortalecimiento de la salud, satisfacción espiritual y bienestar social, en aras de elevar la calidad de vida de los niños, jóvenes y pueblo en general.

Teniendo en consideración el análisis antes mencionado se plantea el siguiente problema científico:

Problema científico

¿Cómo favorecer la masificación de la práctica del balonmano de los niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez?

Objeto de estudio

Proceso de deporte participativo en la comunidad.

Campo de acción

La masificación de la práctica del balonmano como actividad deportivo-recreativa.

Objetivo general

Proponer un plan de acciones deportivas-recreativas que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Preguntas científicas

- 1- ¿Cuáles son los antecedentes teóricos metodológicos que sustentan el proceso de masificación de la práctica deportiva, en particular del balonmano en Cuba?
- 2- ¿Cuál es la situación actual de la masificación de la práctica del balonmano, como actividad física comunitaria en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez?
- 3- ¿Qué acciones deportivas-recreativas elaborar que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez?
- 4- ¿Qué efectividad tendrá el plan de acciones deportivas-recreativas elaboradas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez?

Tareas investigativas

- 1- Sistematización de los antecedentes teóricos metodológicos que sustentan el trabajo de masificación de la práctica deportiva en particular del balonmano en Cuba.
- 2- Caracterización de la situación actual de la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.
- 3- Elaboración de un plan de acciones deportivas-recreativas que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

4- Valoración de la efectividad del plan de acciones deportivas-recreativas elaboradas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz” del municipio San Juan y Martínez.

Para realizar la investigación se puso en práctica el **método general dialéctico materialista** que permite el conocimiento de leyes, principios, y categorías universales que operan en la realidad objetiva y posibilita la aplicación de los métodos teóricos y empíricos.

Teóricos

Histórico-lógico: permitió conocer aspectos necesarios acerca de la evolución y desarrollo, del proceso de masificación por la práctica del balonmano en las primeras edades.

Inducción y deducción: ayudó a profundizar en las particularidades y generalidades de la temática motivo de la investigación, reflejando los aspectos en comunes del proceso.

Análisis y síntesis: permitió hacer un estudio detallado de cada una de las partes o componentes del proceso de masificación por la práctica del balonmano.

Análisis documental: se utilizó en el resultado de una profunda revisión bibliográfica de los programas del deporte así como resoluciones y leyes que rigen el régimen de participación deportiva y el trabajo de los técnicos en los combinados deportivos.

Enfoque de sistema: a través del mismo se pudo determinar los componentes y la interacción existente entre ellos, así como la dinámica de los mismos en el curso de la investigación.

Empíricos

Observación: permitió verificar el comportamiento de la masividad de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años en los combinados deportivos, específicamente en el # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Entrevista a niños: se realizó con el propósito de comprobar las necesidades y preferencias recreativas que tienen los niños durante el tiempo libre en la comunidad.

Encuestas a entrenadores: brindó información sobre los factores y causas que han provocado el debilitamiento en el proceso de masificación de la práctica del balonmano en las edades tempranas, así como el nivel de conocimiento de los mismos.

Valoración crítica de especialistas: se utilizó para obtener información, criterios, valoraciones, es decir las debilidades y fortalezas de la propuesta de acciones deportivo-recreativas.

Pre-experimento: En la aplicación por un período de 3 meses del plan de acciones deportivo-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Método estadístico

Para el desarrollo del trabajo se empleó la **estadística descriptiva e inferencial**.

La estadística descriptiva en la elaboración primaria de los datos, o sea, permitió consolidar los datos arrojados en los diferentes instrumentos empleados, con su posterior procesamiento para su información y la **inferencial** en la comparación de los resultados para la valoración de la efectividad del plan de acciones físico-educativas elaborado. Se utilizó como técnicas estadísticas:

Media aritmética: permitió determinar los análisis y valoraciones muestrales y estadísticas en la investigación; llegando a tomar decisiones y conclusiones objetivas.

Dócima de proporciones: para determinar si existen diferencias significativas entre los datos obtenidos en la observación preliminar y la final.

Métodos de intervención comunitaria

Fórum comunitario: a través del mismo se pudo conocer las inquietudes y necesidades recreativas de la comunidad, además para crear grupos agentes para darle soluciones a las mismas.

Entrevistas a informantes claves: se realizó con el objetivo de recopilar información sobre el comportamiento de la masividad en la práctica de actividades deportivas en los combinados deportivos por el personal encargado, jefe de cátedra, sub director y director.

Población

Los 24 niños que radican en el combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz” ubicado en el consejo popular “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Novedad científica: está dada en que por primera vez se materializa un plan de acciones deportivas-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años en el combinados deportivos # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

El aporte teórico: fundamentó teóricamente los conocimientos relacionados con la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 año del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez, especialmente en resaltar la metodología, la interrelación de las actividades, los medios concebidos, regulaciones, concepciones teóricas, ordenamiento y leyes que rigen el trabajo de la masividad en la comunidad.

El aporte práctico: ofrecer a las entidades de los combinados deportivos un plan de acciones deportivo-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

CAPÍTULO I. FUNDAMENTOS TEÓRICOS METODOLÓGICOS

En este capítulo se fundamenta teóricamente el problema de la investigación, estableciendo los antecedentes del deporte participativo y la masificación. Para ello se utilizaron métodos teóricos tales como, histórico-lógico; análisis- síntesis y trabajo con documentos, haciendo un análisis dialéctico de la teoría que indica la relación con el problema propuesto.

1.1- Génesis y desarrollo de la masividad del deporte revolucionario.

El primero de enero de 1959 hubo un amanecer distinto, un incontenible júbilo por parte de los cubanos, ante la expansión victoriosa de la lucha revolucionaria dirigida por Fidel, en ese momento Cuba se encuentra con una exclusiva Federación Atlética Intercolegial de Cuba, una Unión Atlética Amateur, un Comité Olímpico y todo un andamiaje que tenían discriminación y lucha interna entre los colegios más pobres y los más ricos; las escuelas privadas, los clubes y las organizaciones anteriormente planteadas fue lo que heredó la revolución.

Durante los años 1959-1960 se empezaron a crear las condiciones para iniciar un verdadero movimiento de educación física y deporte, es entonces que el 23 de febrero de 1961 se crea el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, esto fue posible por la ley No 936 dictada por el gobierno revolucionario, el cual tiene como misión fundamental la de planificar, dirigir, racionalizar, divulgar y ejecutar las actividades del deporte. De esta forma queda disuelta la ley No 683 de 1959 creadora de la Dirección General de Deportes la cual había dejado sin efecto la Dirección Nacional General de Deportes creada en 1938.

Tras la creación del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, el sentido humano comenzó a tomar forma. Se eliminó el deporte profesional; las actividades deportivas se llevaron a todos los rincones del país, hasta las montañas; se formaron técnicos, se abrieron estadios, se organizaron competencias, todo se intensificó, aún más el deporte cubano. El Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación fue liquidando estructuras del deporte antiguo como los espectáculos denominados lucha de Pancraccio y todas las manifestaciones procedentes del profesionalismo.

Conjuntamente con el nuevo régimen y el desarrollo del plan Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación - Ministerio de Educación, estos se trazaron como objetivo promover la actividad física a través del Sistema Nacional de Educación, llevándola así a todos los niveles y rincones del país desde la etapa preescolar hasta el segundo año de universidad; trazándose además programas para diversas profesiones y discapacidad física.

Esta actividad se fue desarrollando poco a poco por los años 1963-1964, con la aplicación del plan montaña y la formación y superación de cuadros y técnicos inclinados a desarrollar la educación física y el deporte; además se creó un plan de desarrollo de áreas deportivas, planes de programas extraescolares como campismo, festivales y planes de la calle, todos en relación armónica con educación. Con este desarrollo se establecieron las primeras competencias escolares como una forma de que los niños de las escuelas se integraran a la práctica del deporte.

El Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación estableció las premisas para elevar el deporte, en su más extensa participación y creó las condiciones para elevar el nivel de competitividad del deporte cubano, para materializar el deporte como derecho del pueblo se concibieron tres principios básicos en el movimiento deportivo cubano:

- Consejos voluntarios deportivos.
- Régimen de participación.
- Uso múltiple de los recursos.

La aplicación de estos principios se ha convertido en una guía para el trabajo y las experiencias han constituido un aporte para el deporte masivo.

1.2- Desarrollo de la masificación del deporte revolucionario

La concepción revolucionaria del desarrollo deportivo apoyada en el principio de la masividad será siempre la base para el desarrollo de la calidad. Ello ha presidido durante todos estos años el deporte nacional. La organización de campeonatos desde la base, la aplicación piramidal hasta los campeonatos nacionales, sobre la base de la consagración del derecho de los equipos campeones a ascender en la participación, junto a la integración de selecciones formada por los atletas de los equipos perdedores, es una innovación a escala mundial; de esta forma, ningún

talento deportivo puede quedar sin atención y todos los que reúnen una gran potencialidad tienen el camino y la posibilidad real de alcanzar el mayor desarrollo.

Cuba es un asiduo participante en los congresos internacionales que se desarrollan periódicamente y sus trabajos, en virtud del peso específico de la experiencia cubana, tienen prioridad y ocupan un lugar principal en la programación de dichos eventos.

En apretada síntesis, se trata de señalar las acciones principales que reflejan un devenir de tantos años de esfuerzo y dedicación del gobierno cubano y sus organizaciones políticas y de masa en función de desarrollar al máximo las posibilidades del deporte, la cultura física y la recreación como un derecho de todos. El avance es notable, el desarrollo de la conciencia popular es evidente, desde la participación infantil hasta la diaria demostración de los círculos de abuelos; se ha cumplido una ruta crítica sobre la base de una ideología respaldada por el decidido apoyo y la participación entusiasta del pueblo en la defensa de las conquistas de la revolución cubana. Para ello es necesario resumir, en el plano ideológico, algunos de los principales logros obtenidos en la cultura física y la recreación:

- La nacionalización y puesta en marcha, con una nueva proyección popular, de todas las instalaciones privadas y de los clubes y zonas de playa de los que la burguesía se había apropiado.
- La programación de las actividades, teniendo en cuenta las diferencias concurrentes en las distintas provincias, sin renunciar a los altos objetivos de alcanzar en el orden nacional el orden más uniforme.
- La organización de los planes y programas atendiendo a la premisa de darle a cada cual según sus necesidades, estableciendo una pirámide de desarrollo que no sólo tuvo en consideración el orden y la progresión de los esfuerzos desde la base hasta la nación, sino las edades y las diferencias entre la actividad propia del programa escolar y los niveles de enseñanza, y de las categorías sociales con su carácter totalmente abierto a partir de la edad establecida.
- La eliminación de todas las formas de comercialización y de profesionalismo deportivo, logrando la desaparición del concepto y la dinámica social de convertir al atleta en mercancía.

- Se erradicó la dependencia extranjera en cuanto a la producción de equipos e implementos deportivos, creando y perfeccionando constantemente la tecnología y los planes de la industria deportiva.
- La creación, de acuerdo con las exigencias del desarrollo nacional, de las instituciones encargadas de la formación y superación de los profesores, técnicos y especialistas, es decir, la red nacional de escuelas provinciales de educación física y del Instituto Superior de Cultura Física “Comandante Manuel Fajardo”.
- El deporte, la cultura física y la recreación convertidos en una necesidad social reclamada por todos a partir del desarrollo de una conciencia que identifica, interpreta y utiliza la ejercitación física y la práctica deportiva y recreativa como un elemento vital para la salud, el disfrute apropiado del tiempo libre, la elevación de la capacidad de trabajo físico e intelectual y la preparación para la defensa de las conquistas de la revolución.
- La incorporación de las actividades físicas, como parte de la modernización, a los planes terapéuticos en la medicina contemporánea y al mismo tiempo la garantía de la acción física y psíquica del deporte para los minusválidos.
- La lucha activa contra toda forma de discriminación en el deporte, contra el uso de drogas y estimulantes para mejorar el rendimiento, contra la falta de una verdadera democracia en el movimiento deportivo internacional proclamando y actuando a favor del establecimiento de un nuevo orden deportivo internacional.
- Se hizo realidad los principios del internacionalismo a través de una política de colaboración y ayuda a los países menos favorecidos y con necesidades específicas para el desarrollo del deporte, la cultura física y la recreación, la formación de cuadros técnicos y de dirección, así como la preparación del personal científico.
- La garantía del uso idóneo de los medios de comunicación masiva y la prensa para mantener al pueblo informado, garantizando el dominio de las orientaciones, la actualización noticiosa deportiva, los resultados de prueba, competencias, todo lo cual es un importante elemento del conocimiento y de la cultura general del pueblo.
- La cultura física y el deporte, se han convertido en un poderoso medio de consumo del tiempo libre de la población y de su disfrute recreativo.

- Los planes y programas de cultura física, deporte y recreación se han vinculado al turismo nacional para lograr una mejor calidad en los servicios de recreación y de animación turística, destinados a los extranjeros que visitan a Cuba.

Cuba se ha convertido en una gran potencia, de hecho en el primer país de América Latina que estableció etapas superiores de especialización médica en los deportes, así como promover la salud mediante la práctica sistemática de la actividad física.

Este ha sido y será por siempre el objetivo del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, donde su empleo va encaminado a la población, hacia la práctica del ejercicio, como instrumento para mejorar la calidad de vida de cada ciudadano cubano. Y simultáneamente al crecimiento de las perspectivas de vida, tratar de alejar aún más a niños, jóvenes, adultos y ancianos del alcohol, del tabaco y las indisciplinas sociales, poniendo en práctica el lema “Mente sana en cuerpo sano”².

Para esto el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación convoca en cada rincón del país efectuar caminatas, carreras así como actividades con carácter deportivo y recreativo para el disfrute sano de la población en pos del desarrollo de la cultura general integral de cada cubano.

1.3- Surgimiento y desarrollo del balonmano como juego

Según Mayo, M. J. (2000) el balonmano es un deporte de conjunto de los denominados juegos deportivos, donde el logro de altos resultados, se obtiene si se combina una elevada preparación técnico-táctica, buena constitución física, un somatotipo ectomesomórfico, una elevada rapidez de reacción y un coeficiente de inteligencia adecuado, que permita asumir respuestas rápidas a situaciones complejas de juego.

El balonmano es un deporte de reciente creación, aunque hay expertos que señalan que sus orígenes se remontan a la antigüedad ya que en la antigua Grecia se practicaba un juego de pelota con la mano conocido como el **Juego de Ucrania**, en

² Dirección Nacional Recreación Del INDER (2000-2003). “Documentos rectores de la recreación física en Cuba”. La habana, Cuba.

el que la pelota tenía el tamaño de una manzana y los jugadores debían tratar de que esta no tocara el suelo. Homero describe este juego en la Odisea.

En la época romana un médico llamado Claudio Galeno recomendaba a sus enfermos que jugaran **Haposton**, que se practicaba con un balón durante la edad media los juegos con pelotas con las manos eran practicados principalmente en la corte. Sin embargo los orígenes modernos del balonmano datan de finales del siglo XIX, cuando se utilizaba como implemento para entrenar y preparar gimnastas. En el 1892 un profesor de gimnástica, Konrad Koch, creó el **Raffballspied**, con características muy parecidas al balonmano. Por ese tiempo en Checoslovaquia se practicaba en las escuelas un juego de 7 jugadores que se denominaba **Hazena**.

La autora está de acuerdo con Hernández, L. A. (2001) que plantea: “Al triunfar la revolución cubana se sucede en el país un éxodo masivo de profesionales, médicos, ingenieros, profesores; hacia Estados Unidos de Norteamérica, el país se ve necesitado de capacitar a los futuros intelectuales que darán cumplimiento al amplio programa trazado por la alta dirección del partido desde el Moncada y se decide que varios estudiantes cursen estudios en los países socialistas de Europa y es cuando un grupo de instructores deportivos que estudian en la República Democrática Alemana (RDA) regresan a la patria en 1964 trayendo consigo esta novedosa disciplina deportiva que había alcanzado gran desarrollo en el viejo continente. El balonmano comienza a dar los primeros pasos en la Escuela Superior de Educación Física "Comandante Manuel Piti Fajardo"³.

El juego del balonmano mediante sus múltiples exigencias crea condiciones favorables para la formación y el desarrollo de las muy diversas habilidades del movimiento y para el perfeccionamiento de las capacidades físicas. Junto a sus altos valores en la formación física y de salud. Este deporte ofrece una cantidad considerable de potencias educativas, que se manifiestan ante todo en sus requerimientos de acción colectiva.

³ Hernández, L. A. (2001) (Folleto de balonmano. (Pág. 3).

1.3.1-Los juegos en las actividades deportivo-recreativas

La autora concuerda con lo expresado por Torres, J. I. “Los juegos motores constituyen una actividad lúdica por excelencia que desarrollan en los niños una u otra capacidad o perfeccionan determinada acción motora; además de contribuir de manera muy efectiva al desarrollo de habilidades y capacidades motrices, el juego constituye como actividad un elemento de regulación y compensación de las energías potenciales del niño, un medio esencial de interacción y socialización, un elemento importante en el desarrollo de las estructuras del pensamiento, influyendo notablemente en la formación de la personalidad del niño. Es por ello que una de las actividades fundamentales en que se apoya la educación física para la obtención de los objetivos que le corresponde dentro del proceso pedagógico, en su contribución a la formación del niño, es precisamente el juego, estos permiten una libertad de acción, una naturalidad y un placer que es difícil de encontrar en otras actividades del niño; propiciando estados emocionales muy positivos⁴.

“Terry Orlieck, (1900)” califica al juego como el reino mágico de los niños y señala “Jugar en un medio ideal para un aprendizaje social positivo porque es natural, activo y muy motivador para la mayor parte de los niños. Destaca el valor moral del juego considerándolo como “un placer moral” argumentando que el juego está condicionado a determinadas reglas que son más o menos estrictas. La ejecución de las mismas produce una satisfacción moral en el niño ya que consideran el juego como un asunto serio que implica auto afirmación. Pero si podemos decir que para los niños el juego es el arma más poderosa que se pueda tener, es lo sublime. Es la poesía, es su gran amor y pasión, todos lloran por jugar porque después del alimento es su necesidad mayor⁵.

Muchos han sido los estudios realizados en torno a los juegos, sin embargo no existe una definición precisa que pueda abarcar todo lo que representa el juego; sobre todo en la vida de los niños. El juego posee un variado complejo y rico contenido lo que

⁴ Torres, I, J, I. Juegos motivacionales para mejorar el accionar del sistema defensivo hombre-hombre en los practicantes de balonmano categoría 10-12 años combinado deportivo # 1, municipio San Luis.

⁵ Orlieck, Terry. (1900). Fundamentos teóricos metodológicos ISCF “Manuel Fajardo”, C. Habana/ Cuba. 53p.

imposibilita ofrecer una completa concepción de su naturaleza, teniendo en cuenta la influencia que ejerce en disímiles esferas de actuación del hombre.

“Según Rusell, A. (1963)” se refiere a la significación del juego en los niños. El tipo de actividad en que van a ser utilizados, actividades recreativas, en las clases de educación física, en el entrenamiento deportivo, gimnasia matutina, gimnasia básica, entre otras, ya que cada una tiene tareas bien planificadas.

Basta recordar que la actividad vital del niño es el juego, para comprender que bien orientados están los aprendizajes escolares por medio de juegos motores, se logran aprendizajes significativos que permitirán desarrollar los factores cognoscitivos, afectivos y sociales⁶.

Al decir de Zapata, O. A. (1968), destaca además lo siguiente: “Es interesante notar que la posibilidad que tiene el maestro de generar el vínculo entre el material aprendido y los conocimientos previos del alumno, se puede lograr de la forma más natural y sencilla, por medio de juegos educativos los niños obtienen el mayor número de experiencias y aprendizajes espontáneas, por el juego, Por lo que el juego resulta un instrumento operativo ideal para que el profesor realice el aprendizaje significativo en sus alumnos”⁷. Sucede muy a menudo que al aplicar un mismo juego, en algunos casos se califican como bueno y en otros como mal o regular. Si se hace un análisis más profundo con respecto al contenido del juego las condiciones en que se realiza se percata que la principal causa de la diferencia en cuanto a la efectividad del juego, se debe a la inadecuada e incorrecta selección del juego, el juego no solo contribuye a la formación de determinadas cualidades morales sino que el juego también favorece el entorno intelectual del niño.

¿A qué niño no le agrada jugar? Para ellos el juego es una acción sagrada que sin saberlo los forma para la vida, debido a que son muchos los rasgos que lo caracterizan y lo hacen especial sobre lo que refiere Johan Huizinga (1990) “La característica principal del juego es que es libre, es libertad, señalando además que

⁶ Rusell, Alnolf. (1923). Fundamentos teóricos metodológicos ISCF. “Manuel Fajardo”. C. Habana/ Cuba. 64p.

⁷ Zapata, A. Oscar. (1968). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación ISCF. “Manuel Fajardo”. C. Habana/ Cuba. 73p.

se presenta, como una actividad de recreo, de diversión determinada por un límite de tiempo, lo que posibilita que al mismo tiempo cree orden y sea orden”⁸.

Según Brunner (1972) el significado del juego para el desarrollo intelectual señalando que en el transcurso del juego pueden surgir tales combinaciones y una orientación tal en sus cualidades, que pueden conducir a una posterior utilización de lo aprendido como instrumento para la solución de una tarea. El juego es fuente para el desarrollo moral y las normas que se manifiestan en él son la base de las relaciones humanas de los niños posibilitando además el juego la formación del colectivo infantil, estimulando la independencia y la actitud positiva de los niños hacia el trabajo. Es algo increíble lo que experimenta el niño al jugar. Con el juego describe el mundo y mediante él se introduce en su entorno social⁹.

Para Medina Verdú, (1987) **Aprender a jugar es aprender a vivir** el juego es una actividad práctica social variada que consiste en la reproducción activa de cualquier fenómeno de la vida, parcial o total fuera de su situación práctica real. La significación social del juego en las etapas tempranas del desarrollo del hombre, reside en su papel colectivista. Las particularidades, intelectuales y físicas de cada edad, del sexo, como exigencias básicas en la selección de uno u otros juegos que permiten ejercer una influencia correcta y relación con el desarrollo del niño. Se debe tener en cuenta el desarrollo motor del juego, basándose en los movimientos predominantes que posibiliten ir orientándolos fundamentalmente en función de la enseñanza de los deportes. Su influencia educativa ya que el profesor debe fijar para cada juego objetivos concretos con el fin de desarrollar continuamente las capacidades físicas y mentales de los niños. Conocer previamente el material que se va a necesitar y disponerlo con tiempo.

⁸ Cagigal Elkonin, Huising Hizinga Johan. (1990). Libro de recreación. Fundamentos teóricos metodológicos ISCF “Manuel Fajardo”, C. Habana/ Cuba. (131-142p)

⁹ Brunner (1972). Libro de recreación. Pérez Acosta Aldo. (G 52p)

La autora comparte los criterios con estos autores: pero opina que para poder obtener buenos resultados, el profesor al seleccionar el juego como actividad debe tener en cuenta los siguientes aspectos:

El tipo de actividad, la hora de la ejecución de los juegos, el lugar donde se va a desarrollar la actividad y los medios que van a ser utilizados, ya sea en la clase de educación física, en el entrenamiento deportivo, actividad deportivo recreativa gimnasia básica, programa a jugar, entre otras, ya que cada una tiene tareas bien planificadas. En los niños el juego es un elemento importante, primordial, en el juego exteriorizan e interiorizan sentimientos como el placer, la satisfacción al realizar algo deseado, lo que posibilita el intercambio del niño con objetos, con el medio y consigo mismo.

Mediante el juego se desbordan energías según Aporozhete, A.V. (1999) el juego constituye la primera forma de la actividad asequible al niño que presupone una reproducción constante y al perfeccionamiento de nuevas habilidades. El juego adquiere un valor incalculable sobre todo para los niños, pues es un encanto maravilloso que invita a todos a ejecutarlo, mediante su práctica los niños adquiere, desarrollan y perfeccionan habilidades motrices. Los juegos adornan y enriquecen la vida de los niños, con él son más felices, comprenden y se adaptan mejor a la realidad que los rodea y pensamos que falta incluirle que de cierta forma los juegos preparan al niño para la vida futura.

1.3.2- Clasificación de los juegos

Según Zaporozhete, A .V. (1989) los juegos se clasifican de las siguientes formas:

-Por la forma de participar: **individuales o colectivos**, respondiendo a como se obtiene el triunfo, si es de un solo participante ejemplo: **Los agarrados** o de un equipo, ejemplo: **Relevo de banderitas o baloncesto**.

-Por la ubicación: **interiores**: área techada, ejemplo (gimnasios, salas polivalentes, o **exteriores** (áreas al aire libre).

-Por la intensidad de movimientos: **alta, media y baja**. En este aspecto catalogamos como alta, aquellos juegos de larga duración, que exigen de los participantes gran preparación física, técnica y táctica y se ubica en esa alta intensidad a los juegos deportivos.

-Como intensidad media, a los juegos que requieren alguna preparación física y dominar algunas habilidades básicas, que pueden durar un período de tiempo no establecido o sean variables y que utilizan algunos elementos técnico-tácticos, sin grandes exigencias.

-Como intensidad baja están los juegos pequeños, que tienen poca duración, muy sencillos en su ejecución

-Por sus características: pequeños, predeportivos, deportivos, recreativos y tradicionales:

Juegos pequeños: en este grupo se encuentran todos aquellos juegos de organización sencilla, que pueden o no tener implementos, de pocas reglas que pueden modificarse, su duración y participación no están sometidas a estipulaciones oficiales, no requieren de terrenos específicos, ni de materiales especiales.

Juegos predeportivos: se denominan juegos predeportivos a aquellos que tienen elementos de la técnica de los deportes, así están predeportivos de fútbol, de baloncesto, de atletismo o de gimnasia rítmica deportiva entre otros. Tienen carácter competitivo y permiten conocer algunas reglas oficiales.

Los juegos deportivos: constituyen un medio eficaz para el desarrollo de la preparación orgánica de los niños, en estas edades es común utilizar las medidas limitadas del terreno. A través de estos se enfatizará en la multilateralidad de las acciones donde se manifiestan las diferentes capacidades (resistencia, velocidad y fuerza), en dependencia de la duración en las acciones y la intensidad en el ritmo.

Los métodos más utilizados son propiamente el método de juego y la competencia, desarrollando el aspecto volitivo de los niños.

Familia de ejercicios principales para el desarrollo de los juegos.

Juego de fútbol con tareas y en diferentes dimensiones.

Juego de carreras con cambios de ritmo y dirección.

Juegos con variabilidad de acciones. Con seguridad juegan un papel importante en el transcurso de la competencia, por ello deben ser correspondientemente consideradas en las actividades a desarrollar¹⁰.

¹⁰ Zaporozhete, A.V. (1989). Editorial planeta. Moscú. Editorial Pueblo y Educación La Habana Cuba. (56-67p).

-Por la actividad desarrollada: Se tiene en cuenta la actividad fundamental a desarrollar con vistas a cumplir el objetivo del juego, aunque en los juegos se realizan otras actividades con el objetivo del desarrollo de actividades dinámicas: caminar, correr, saltar, lanzar, equilibrio, coordinación, cuadrúpeda y son habilidades deportivas muy complejas, técnicas y tácticas ofensivas y defensivas; individuales, en grupo y en equipos. Se inicia su trabajo en la etapa escolar en 5to grado, abarcando toda la enseñanza hasta el 2do año del nivel superior.

Estos juegos aparecen también en la etapa social, como deporte de alto rendimiento, en la educación física para adultos y como actividad recreativa. Muchos de ellos se utilizan como actividad de incorporación social a los minusválidos, todas estas son las actividades de la cultura física en que se utilizan los juegos deportivos.

1.3.3- Los juegos desde el punto de vista psicológico, biológico, social y educacional

Cagigal Elkonin, Huising Hizinga Johan. (1990): “Desarrollaron profundas teorías sobre los juegos y coinciden en destacar el valor educativo del juego; considerando que ellos han sido muy similar en todas las civilizaciones con una serie de variaciones que dan al juego características propias de cada pueblo, país o región donde se practique, pero que no varían su esencia. Todos ellos coinciden al afirmar que el juego es “una cultura propulsora de las demás” pues parten de que el juego es la más antigua expresión cultural de la humanidad. El juego es una “actividad u ocupación voluntaria que se realiza dentro de ciertos límites establecidos de espacio y tiempo atendiendo a reglas libremente aceptadas, pero incondicionalmente seguidas que tiene su objetivo en sí misma y se acompaña de un sentimiento de tensión y alegría”. El juego tiene un matiz propio que hace que al mismo tiempo podamos sentir sensaciones diferentes, tensiones y alegrías; algo increíble. El juego es divertido e implica la participación activa del jugador, pero siempre respetando una serie de reglas que posibilitan adquisición de ciertas normas de conductas en los niños, de ahí su efecto educativo, ejerciendo gran influencia en el desarrollo psíquico del niño pues coadyuva a la formación de su personalidad.

VA. Niedoaspasova, (1972) plantea que mediante el juego no se desarrollan operaciones intelectuales aislados, sino que de forma radical, cambia la posición del

niño hacia el mundo que lo rodea y se forma un mecanismo de cambio de posición y coordinación de sus puntos de vista con otros posibles puntos de vistas, precisamente este cambio habrá las posibilidades y vías para el paso del pensamiento a un nuevo nivel para la formación de nuevas operaciones intelectuales.

Desde el punto de vista psicológico: en la actividad lúdica se forman más intensivamente las cualidades psíquicas y las particularidades de la personalidad del niño. Dentro del juego se constituyen otros tipos de actividad que con posterioridad adquirirán una particular importancia. La actividad lúdica influye en la formación de los procesos psíquicos voluntarios, así durante el juego se comienza a desarrollar en los niños la atención y la memoria voluntaria. Dentro de las condiciones del juego, los niños se concentran mejor y memorizan más. Las propias condiciones del juego exigen que el niño se concentre en los objetos que están dentro de la situación lúdica, así como también en el contenido de las acciones realizadas y del argumento. Si el niño no quiere prestar atención a lo que se requiere de él en una situación lúdica precisa, si no recuerda las condiciones del juego, simplemente el resto de los compañeros lo expulsan del mismo.

La necesidad de comunicación, de estímulos emocionales, mueve al niño hacia una concentración y memorización. La creación de situaciones lúdicas y de las acciones de ésta, ejercen una influencia constante en el desarrollo de la actividad intelectual en la edad pre-escolar. En el juego, el niño aprende a accionar con los sustitutos del objeto. Él le da al sustituto una nueva denominación lúdica en relación con la idea del juego, y actúan con este sustituto de acuerdo a la denominación dada. El objeto sustituto se convierte en un apoyo para el pensamiento. Sobre la base de las acciones con los objetos sustitutos, el niño aprende a pensar acerca del objeto real. Gradualmente, las acciones lúdicas con los objetos se van abreviando; el niño aprende a pensar acerca del objeto y actuar con él, en el plano intelectual. De este modo, el juego, contribuye en gran medida, a que el niño pase al pensamiento en el plano de la representación. A la vez, la experiencia de las interrelaciones lúdicas, y particularmente de las inter-relaciones reales del niño en el juego de roles con argumento, está determinada sobre la base de una propiedad particular del

pensamiento, que le permiten desdoblarse, para situarse en el punto de vista de otras personas, anticipar la conducta futura de ellos, y sobre la base de esto, estructurar la conducta propia. El juego ejerce una gran influencia en el desarrollo del lenguaje. La situación lúdica requiere de cada niño participante en ella, un determinado nivel de desarrollo de comunicación verbal. Si el niño no está en condiciones de expresar inteligentemente sus deseos con relación, al desarrollo del juego, si no es capaz de comprender las instrucciones verbales de sus compañeros de juego, hacerse entender por sus compañeros estimula el desarrollo del lenguaje de relación. El juego de roles tiene una importancia determinante para el desarrollo de la imaginación. En la actividad lúdica el niño aprende a sustituir los objetos por otros, y asumir papeles. Esta capacidad se basa en el desarrollo de la imaginación. En los juegos a los niños mayores de la edad pre-escolar ya no les son imprescindible los objetos-sustitutos, así como tampoco les son necesarias muchas acciones lúdicas. Los niños aprenden a sobrentender los objetos y las acciones que se realizan con ellos, a crear nuevas situaciones en su imaginación. El juego puede en este caso, desarrollarse en el plano interno.

La influencia del juego en el desarrollo de la personalidad del niño, consiste en que a través de éste, el conoce la conducta y las Interrelaciones de los adultos, que se convierten en un modelo para su propia conducta, y en el juego, adquiere los hábitos fundamentales de comunicación y las cualidades indispensables para el establecimiento de las interrelaciones con sus coetáneos. El juego, cuando atrae al niño y lo obliga a someterse a las reglas contenidas en cada papel asumido, contribuye al desarrollo de los sentimientos y de la regulación volitiva de la conducta. Los juegos motrices actúan sobre el cuerpo en su conjunto, es decir, trabajan gran cantidad de grupos musculares. Cuando estos se combinan inteligentemente, se evita el ejercicio unilateral de determinadas partes del organismo, se logra más bien una influencia equilibrada de la constitución total¹¹.

¹¹ Nieldospasova, V.A. (1972). Editorial planeta. Moscú. Editorial pueblo y educación, C. Habana/Cuba. 125-172p.

En casi todos los juegos menores se exigen además de la carrera, también la inclinación, el enderezamiento, extenderse, girar, dar vueltas, saltar, empujar, etc. Por lo regular el jugador no se da cuenta de la función natural y reconfortante de éstas actividades, a causa de la consagración al juego.

Según Niedospasova V.A. (1992) plantea que para los niños sí son determinantes y de gran importancia las acciones lúdicas para el desarrollo de la imaginación. No importa la edad que tengan, son necesarias muchas acciones lúdicas. Los niños aprenden a sobrentender los objetos y las acciones que se realizan con ellos, y a crear nuevas situaciones en su imaginación, además que el conocimiento de las características fundamentales de las diferentes edades es algo que debe dominar el profesor para determinar qué tipos de juegos y actividades emplear, no obstante en este estudio es necesario conocer primero: los niveles de enseñanza y edades en correspondencia a cada nivel, la psicomotricidad que es la manera que cada persona tiene de relacionarse con lo que le rodea, sobresaliendo su forma de ser. A esta especial manifestación del ser en el mundo hasta una determinada edad es lo que se denomina **expresión psicomotriz** que se manifiesta por la vía del cuerpo, que requiere en situación de libertad y que se caracteriza por ser una expresión general del ser y por ser original en cada persona.

La práctica psicomotriz será pues el facilitar situaciones en las que el niño pueda manifestarse libremente (requiere de un sentimiento de permisividad, confianza, seguridad) y tomando esto como lo que el niño es, lo que ofrece, se trata de orientarlos hacia una descentralización de sí mismo, hacia una comprensión del mundo en el que ha de vivir. Al hablar de hábitos y habilidades motrices no se puede desconocer que ambas responden a una categoría superior al movimiento humano con un enfoque pedagógico dentro del campo de la educación. El hábito y la habilidad constituyen una unidad dialéctica. “Los hábitos en última instancia condicionan el perfeccionamiento de las habilidades y a veces proceden su formación” mientras que “la habilidad perfecciona en gran medida el dominio de los hábitos¹².

¹² Niedospasova, V.A. (1992). Editorial planeta. Moscú. Editorial pueblo y educación, C. Habana/Cuba.169-187p

1.4- Actividad física y deporte para toda la población o deporte participativo en el contexto social comunitario

La actividad física y el deporte para toda la población o deporte participativo abarcan grupos de servicios específicos:

-Los servicios deportivos que están dirigidos a la población que posee características especiales de rendimiento físico y deportivo y que satisfacen principalmente necesidades de máximo rendimiento físico y deportivo, imagen, reconocimiento y realización, creación y desarrollo de la cultura física.

Algunos autores identifican los objetivos generales del sistema de cultura física y deporte como sus **finalidades** definiéndolas de la forma siguiente:

- **Finalidades a escala individual:**

- Desarrollo óptimo de las estructuras musculares, óseas y psíquicas.
- Desarrollo psicosomático mediante el movimiento.
- Optimización del estado de salud y su mantenimiento.
- Desarrollo de la socialización y de la participación individual.

- **Finalidades a escala de masas:**

- Desarrollo de la unidad psicosomática a través de la organización de la componente motora del aprendizaje.
- Empleo del tiempo libre recreativo, lúdico y promoción del estado de salud entendido como parte integrante del desarrollo cultural.
- Superación de la hipocinesia escolar, del trabajo y residencial.
- Integración social de los ancianos.

En términos generales se puede identificar como objetivos generales del sistema de cultura física los siguientes:

- La práctica o realización de actividades físicas, agrupadas principalmente en las áreas de deporte, educación física y recreación.
- La contribución a través de esta práctica a la formación integral del hombre.
- La contribución y fomento de la cultura física.
- La contribución al incremento de la calidad de vida de los miembros de la sociedad.
- El esparcimiento y uso recreativo y formativo del tiempo libre.

El grupo urbano o comunidad es un determinado conjunto o espacio residencial en los que existe determinada organización territorial. En correspondencia con las construcciones urbanas y los asentamientos poblacionales se hace imprescindible la organización de la recreación física en su seno como vía del uso del tiempo libre y la satisfacción de las necesidades físicas recreativas de esas poblaciones, con la concepción de que no hay que trasladarse para disfrutar de una agradable actividad recreativa. Se deben crear adecuadas condiciones para organizar actividades recreativas físicas lo más cerca posibles de las viviendas y bloques de edificio, utilizando los terrenos que existen entre las edificaciones o acondicionando áreas específicas con el concurso y colaboración de todos.

En la programación y proyectos recreativos comunitarios debe aprovecharse básicamente el tiempo libre entre semana, el cual al no ser amplio podría perderse en una larga caminata o viaje para llegar a un centro especializado. La organización de los vecinos, convirtiéndose en protagonistas conjuntamente con instituciones y organizaciones en la realización de actividades recreativo físicas crea excelentes condiciones para un uso educativo y creativo del tiempo libre, a la vez que incide de manera particular en el mejoramiento de la calidad de vida de éstos.

La recreación como elemento de la cultura del hombre debe ser tratada en el desarrollo local con un nivel de consideración consciente por lo planteado con anterioridad en relación a la economía, salud y educación; no debiendo existir un programa de construcción de viviendas sin la planificación de áreas de recreación física, en las que se lleve adelante el programa y proyectos comunitarios de actividades.

Espacios para la realización de actividades físicas de tiempo libre se pueden acondicionar a nivel de zonas, circunscripciones y cuadras que por un lado evitaría el traslado para la ejecución de actividades y por el otro permitirían conservar y cuidar el medio ambiente puesto que son espacios que se forman pequeños vertederos, solares yermos que dan lugar a que proliferen vectores dañinos a la salud del hombre.

La participación de los vecinos en las actividades físico-recreativas crea y desarrolla buenas relaciones sociales, sentido de pertenencia zonal, conciencia y hábitos de

práctica de las actividades físicas, preservación de la propiedad social y el medio ambiente, conciencia de participación por la comunidad, así como estilos de vida saludables aunque con ello no lleguen a tener un alto rendimiento en el deporte.

1.5-La práctica masiva del deporte en personas que no llegan al alto rendimiento.

Para las personas que no llegan al alto rendimiento existen alternativas que garantizan la práctica sistemática del deporte y el ejercicio físico en las comunidades. Se desarrollan eventos deportivos de significación nacional en los que se implican las comunidades como el deporte para discapacitados, los que se iniciaron a partir de 1971 con prácticas deportivas para la rehabilitación de pacientes con lesiones y traumas severos. A partir de este momento el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación estructura el actual sistema para discapacitados, en lo masivo y el alto rendimiento, que ya suma unos 8000 practicantes. Paralelamente los alumnos de escuelas de Educación Especial y los pacientes de salud mental son atendidos por las direcciones de Educación Física y Promoción de Salud, de forma integrada con otros frentes del organismo deportivo.

Los principales juegos para discapacitados se denominan Paralimpiadas Nacionales e involucran a la Asociación Nacional de Ciegos (ANCI), Asociación Nacional de Sordos de Cuba (ANSOC) y Asociación de Limitados Físico Motores (ACLIFIM). También se destacan como eventos comunitarios participativos las Olimpiadas de Montaña, que involucran a comunidades campesinas de estas áreas. Las Olimpiadas de Prisiones constituyen otro de los escenarios donde se realizan eventos deportivos. Se debe significar que en estos centros penitenciarios funcionan cursos para la formación emergente de profesores habilitados de educación física, de los que ya trabajan los primeros graduados, muchos de los cuales continúan estudios superiores para formarse como Licenciados en Cultura Física.

Resulta importante destacar la estrategia de la Central de Trabajadores de Cuba dirigida a lograr la masividad de los trabajadores en la práctica sistemática del deporte y la actividad física en general e incrementar la presencia de las mujeres en varias disciplinas. El deporte para trabajadores tiene en los sectores de la Industria Azucarera y la Industria del Níquel a sus mejores representantes con la Liga

Nacional Azucarera y las Espartaquiadas del Níquel. Uno de los mejores referentes del deporte participativo en Cuba, por la masiva participación de atletas-trabajadores y equipos de las comunidades, lo constituyen las Espartaquiadas del Níquel, que se desarrollan en Holguín. La columna vertebral de la promoción de las actividades deportivas en las empresas del níquel lo constituye el movimiento de activistas, dirigidos y organizados por los Comités Deportivos de las empresas. El movimiento deportivo en el sector del níquel ha permitido la capacitación de activistas y la formación de árbitros en las propias empresas, con asesoramiento de especialistas deportivos del Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación.

Otra modalidad del deporte participativo lo constituyen los círculos de abuelos. Cerca de medio millón de adultos mayores están incorporados a estos y realizan actividades físicas de forma sistemática y orientada, factor vital para elevar la salud y la calidad de vida. En el deporte participativo se incluyen además, programas de preparación física para centros de trabajo y comunidades, a las que se suman como soporte logístico más de 700 gimnasios de cultura física y al aire libre en todo el país, habilitados con implementos elaborados por las propias comunidades.

La autora coincide con lo planteado por Darwin Semotih, presidente de la Sociedad Internacional de Estudios Comparados de Educación Física y Deportes (ISCEPS) y recogido por Díaz, J. R.(2009) el cual manifestó en la Cumbre Regional de Educación Física y Deportes, celebrada en Cuba, que el gobierno cubano tiene un gran compromiso en la tarea de promover el deporte participativo y de alto rendimiento; y precisó: “Creo que es muy importante el papel de la educación física y el deporte en la formación de valores, la salud y la calidad de vida del ser humano, posibilidad que tienen hoy no todos los niños y jóvenes del planeta y en las que Cuba y Venezuela son ejemplos en este continente”¹³.

El representante de la (UNICEF) Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, en Cuba Ortiz, José Juan expresó: “El deporte es una escuela para la vida, fragua de

¹³Díaz, J. R. (2009). Plan de acciones deportivas-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del Voleibol en niños de 8-10 años de la escuela comunitaria Ceferino González, del Municipio Pinar Del Río. Tesis presentada en opción al grado científico de Máster en Actividad física en la comunidad. Pinar del Río. FCF. "Nancy Uranga Romagoza". (3,Pág.-34)

valores y hoy no todos los niños tienen derecho al juego, a la educación física escolar, hemos visto que Cuba y su sistema social priorizan esta vital actividad para el desarrollo infantil”¹⁴.

Finalmente es válido destacar que los avances alcanzados por Cuba en la esfera deportiva ratifican la decisión del Estado de dedicar esfuerzos y recursos para la promoción y práctica del deporte y la actividad física, con el propósito no sólo de obtener medallas sino también para elevar la calidad de vida y el bienestar social en general. Por ello queda legislado el Decreto Número 140/1988 Sobre el régimen de participación deportiva, publicado en la Gaceta Oficial el 25 de febrero de 1988. (Ver anexo No. 9).

El deporte mediante sus múltiples exigencias crea condiciones favorables para la formación y el desarrollo de las muy diversas habilidades del movimiento y para el perfeccionamiento de las capacidades físicas. Junto a sus altos valores en la formación física y de salud. El balonmano es uno de los deportes que ofrece una cantidad considerable de potencias educativas, que se manifiestan ante todo en sus requerimientos de acción colectiva y disposición personal.

1.6- La actividad física en el hombre como un ente biopsicosocial

Desde la antigüedad, la importancia de las actividades físicas se ha reconocido como una actividad humana importante para el mejor desarrollo y mantenimiento de la calidad de vida del hombre. Con el advenimiento de la educación obligatoria y la inclusión de la educación física en los programas educativos, las actividades físicas, los deportes y la recreación se han convertido en parte de la vida de todos. El reconocimiento por parte de la profesión médica de los valores de la actividades física para una vida sana, ha contribuido al nuevo y creciente interés de la población en general por las actividades físicas; al extremo que hoy en día las ciudades están siendo ampliamente utilizadas como pistas de trote y campos de juego, cambiando los criterios de planificación urbana de no hace mucho tiempo atrás.

¹⁴ Pérez S, A. (2002). Tiempo. Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V Congreso de Latinoamérica de Tiempo Libre y Recreación.(4,Pág.26)

Para la realización de todas las actividades físicas y los deportes se necesita un espacio o una instalación y la calidad de éstos será un factor decisivo en la participación de la población. Hay en consecuencia una verdadera necesidad de proporcionar los espacios y las instalaciones adecuados a toda la población.

En los últimos años ha habido un reconocimiento general del papel fundamental de las actividades físicas en la salud y el bienestar a lo largo de la vida, debido a su promoción por parte de la organización mundial de la salud y de la profesión médica en general de esas actividades como parte de sus prioridades.

Según lo definido por la Organización Mundial de la Salud, el hombre es un ente biopsicosocial, en lo concerniente a los aspectos biológicos, las actividades físicas contribuyen a:

- Mejorar la capacidad respiratoria.
- Mejorar la capacidad cardiovascular.
- Mejorar la motricidad.
- Mejorar la flexibilidad.
- Mejorar el ritmo.
- Mejorar el sistema muscular.
- Fortalecer el sistema óseo.
- Mejorar la salud y el bienestar general.

En lo concerniente a los aspectos psicológicos, contribuyen a:

- Desarrollar el auto confianza.
- Desarrollar la capacidad de perseverancia.
- Proporcionar sentido de satisfacción.
- Desarrollar valores morales.
- Al aprendizaje de juego justo.
- Aprender a aceptar la derrota.
- Aprender a ganar con dignidad.
- Preparar para la lucha diaria por la vida.

En la relación con los aspectos sociales, contribuyen a:

- Promover las relaciones interpersonales.
- Consolidar los nexos familiares.

- Desarrollar el sentido de la amistad.
- Desarrollar sentido de comunidad.
- Desarrollar el sentido de pertenecer.
- Desarrollar el sentido del orgullo nacional.
- A la interacción social.
- Promover el entendimiento intercultural.

1.6.1-Importancia de las actividades físicas en el desarrollo de la personalidad

La ontogénesis del hombre es el proceso del desarrollo individual. Todo niño posee su medio individual de desarrollo y no solamente lo logran con diferente rapidez, sino que individualmente pasan por diferentes fases de este desarrollo.

Entre las actividades humanas que más contribuyen al desarrollo multilateral del individuo se encuentran aquellas vinculadas a la Educación Física y las actividades recreativas. A través de las mismas los niños, adolescentes, jóvenes y adultos, incluyendo dentro de ellos a los pertenecientes a la tercera edad, desarrollan habilidades motrices, psicológicas y psicosociales, perfeccionan su cultura de movimientos, mantienen el estado de salud, asimismo también, embellecen y le dan sentido a su vida, en un ambiente que estimula la movilización de lo mejor de cada sujeto y su inserción adecuada en la sociedad.

La práctica sistemática de actividades físicas en cualquier edad permite ante todo:

- Desarrollar procesos, cualidades y funciones psicológicas necesarias para alcanzar el éxito en las propias acciones motrices y en otras actividades cotidianas.
- Profundizar la convicción de que se es capaz de controlar con efectividad el cuerpo.
- Aumentar las vivencias de éxito, lo que favorece el desarrollo de la auto confianza y la autovaloración.
- Disfrutar de la práctica de actividades que provocan una gran saturación emocional y satisfacción personal.
- Sentirse aptos para alcanzar resultados concretos, en unión de otros, lo cual profundiza la identificación a determinado grupo.
- Vivenciar positivamente la capacidad de mantenerse activos.

El niño, al enfrentarse a las actividades de la educación física en la escuela, en la mayoría de los casos, adopta una posición de liberación de las regulaciones existentes en las tareas del aula, donde se ve sometido a las exigencias que les plantean las diferentes asignaturas y que le obligan durante horas a permanecer sin moverse y en silencio, someterse a diferentes tensiones provocadas por la obligación de contestar correctamente las preguntas formuladas por el maestro, acudir a la pizarra a dar solución a un problema, tomar dictados, resolver incógnitas que les serán evaluadas, y todo ello, por muy interesantemente expuesto o por mucha atención que le desee prestar, va en contra de sus deseos de expansionarse, actuar libremente y dar rienda suelta a su vitalidad interior. Es por eso que necesitan utilizar el tiempo libre en actividades cada vez más enriquecedoras para la vida. Por ello es que la tarea de formar a millones de niños en cada país a través de las diferentes etapas de su desarrollo evolutivo, en bien de sus adquisiciones cognitivas, motivacionales y emocionales, apoyándose en la actividad física organizada, en programas sabiamente elaborados, posee una importancia social priorizada en cada nación y por ello se requiere la mayor cantidad de especialistas. La educación física y las actividades recreativas, desarrolladas por lo general en un terreno amplio, la cual brinda a los niños posibilidades de correr, saltar, jugar y divertirse, constituyen un equilibrio necesario en el proceso de instrucción y educación del escolar. Aunque para muchos éstas actividades son solo eso: ejercitación física, libertad y alegría, en la actualidad se reconoce el inmenso aporte que brindan los ejercicios físicos organizados y comprendidos en un programa bien estructurado, atendiendo a los requerimientos y posibilidades de cada niño según la etapa de desarrollo psicomotor en que se encuentre, sobre la formación de su personalidad.

Según Jurgen Nitsch (1991) y recogido por Valdés Lázaro, señala que “La educación física y las actividades físico recreativas apuntan hacia tres grandes campos, necesarios para la existencia del ser humano: el rendimiento, la calidad de vida y la salud y que la confluencia de dichos campos permite así mismo disfrutar de la aventura, la alegría y la agilidad que se obtiene. Ello es cierto, pues en una clase de Educación Física bien estructurada se vinculan todos estos aspectos.

Es necesario que los niños entreguen lo mejor de sí teniendo como objetivo el desarrollo de su cuerpo y funciones vitales, las cuales se ven favorecidas en grado sumo por la ejercitación corporal, unido al alcance de resultados concretos que, en este caso, no es un rendimiento olímpico, sino un resultado determinado. Por ejemplo ganar en un juego de habilidades lo cual reafirma su autoestima y al propio tiempo mejora indiscutiblemente su calidad de vida. Pero la actividad debe estar colmada de sorpresas que movilicen su imaginación y su alegría por lo nuevo, por conocer y experimentar de actividades que le permitan disfrutar la maravilla de ser niño, adolescente o joven, al sentirse dueños del mundo por estar cada vez más aptos”¹⁵.

1.6.2- La actividad física recreativa como medio de desarrollo de la voluntad en el niño.

Una de las actividades que permiten mayor desarrollo de las cualidades de la voluntad en el niño y el adolescente es la práctica de la Educación Física, el deporte y las actividades físicas recreativas. Durante la misma los niños se van apropiando del control consciente de sus acciones. Entre dichas cualidades se encuentran:

- Perseverancia.
- Auto control.
- Valor.
- Capacidad de adaptación.
- Capacidad de concentración.
- Decisión.
- Independencia.

Las cualidades volitivas se desarrollan de forma específica para una actividad concreta. Por ejemplo una niña puede ser muy valerosa en acciones que impliquen

¹⁵ Valdés, V, L. (2011). Plan de actividades físico-deportivas para contribuir a la masificación del fútbol con los adolescentes de 10 a 14 años del Reparto “Raúl Sánchez” de Pinar del Río. Tesis presentada en opción al grado científico de Máster en Actividad física en la comunidad. Pinar del Río. FCF. “Nancy Uranga Romagoza”.

saltos sobre un terreno plano, sin embargo puede temer en sus primeras clases de natación. Un niño asume con decisión participar en juegos que implican poco contacto personal, pero ante aquellas acciones donde existen riesgos de chocar fuertemente con otros compañeros de clase durante la carrera, se muestra indeciso, es decir, manifiesta un gran temor ante la ejecución de ejercicios en aparatos gimnásticos y es capaz, con alegría, de recibir balones que le son lanzados con rapidez y fuerza, asimismo, en el campo del deporte, el joven especializado en saltos al agua se encuentra acostumbrado al riesgo que implica saltar desde una altura relativamente grande, pero posiblemente sentiría serios temores si debe enfrentarse con otro joven en prácticas de judo sobre un colchón.

La voluntad en la educación física y los deportes se apoya en el lenguaje interior, en forma de auto mandatos (AM). Las palabras dichas para sí poseen un carácter eminentemente regulador de la conducta. Ellas permiten al sujeto evaluar las acciones propias y las del resto de los participantes en la actividad y por otra parte, le ayudan a **entregarlo todo** en el empeño por alcanzar buenos resultados.

La posibilidad de regular determinadas conductas o reacciones de los sujetos mediante estímulos verbales expresados en lenguaje oral o en lenguaje interior fue estudiada a partir de 1935 por los investigadores de la antigua Unión de Repúblicas Socialistas Soviéticas por Smolenski, A.; Jozak, L.; Fadéieva, V. y Kózina, N. Pero los trabajos teóricos más importantes relacionados con la forma de regulación del acto volitivo dentro de la psicología general los emprendieron Luria (1932- 1956) y Vigotsky (1936).

Ambos autores coinciden en destacar el papel esencial de la palabra, especialmente la palabra en lenguaje interior, en el proceso de regulación de la conducta humana durante los actos voluntarios. Ellos llevaron a cabo numerosos experimentos con el objetivo de precisar el papel de la palabra como instrumento del control de las acciones. En estos estudios se demuestra cómo los niños, con la ayuda de la palabra, son capaces de elaborar estrategias de acción, otorgándosele por tanto al segundo sistema de señales de la realidad un rol central en la organización del acto volitivo, ya desde la infancia.

1.7- Características anátomo-fisiológicas de los niños de 9-11 años

Las condiciones naturales constituyen la base del desarrollo psíquico ellos son imprescindibles pero no suficientes, no bastan por sí solos para el desarrollo psíquico del hombre, entran a desempeñar un rol sumamente importante las premisa biológicas, constituyendo la base material anátomo-fisiológica del desarrollo psíquico, al igual que las premisas sociales, ya que constituyen la base donde se nutre este desarrollo psíquico.

El niño se familiariza con la cultura material y espiritual creada por la sociedad, como un ente activo en la apropiación de actitudes que forman su propio carácter, permitiendo establecer relaciones sociales con los que le rodean .Es de vital importancia la actividad y la comunicación creadas por las generaciones precedentes.

El caso que la autora propone está definido dentro de la etapa evolutiva como escolar menor comprendida en la edad de 9 a 11 años, donde comienzan a observarse modificaciones sustanciales en todos sus órganos y tejidos, logran formarse todas las curvaturas de la columna vertebral (cervical, dorsal, lumbar), poseen gran flexibilidad y movilidad, pues aún es incompleta la osificación de sus huesos, aunque se observa un fortalecimiento considerable del sistema óseo muscular, se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumentando su volumen, se acrecienta la fuerza muscular general.

La relación de los procesos de excitación e inhibición varían, la inhibición se acentúa contribuyendo al auto control, la propuesta que se propone precisa de una alta intensidad de trabajo, provocando cambios en el sistema biológico en general, pues como actividad física concibe cambios homeostáticos en el individuo, pues al estudiar el sistema motriz del hombre (representado fundamentalmente por el músculo estriado esquelético), este es el primero en sufrir la influencia que sobre el organismo ejerce la realización de la carga física sistemática, todo lo cual se refleja posteriormente sobre el resto de los fluidos, tejidos y órganos (como son la sangre, la orina, el sistema nervioso central, el sistema cardiorrespiratorio y el sistema óseo.

En resumen las principales características son:

- Se observan modificaciones sustanciales en todos los órganos y tejidos del cuerpo.

-Fortalecimiento considerable del sistema óseo-muscular.

-Aumenta la circunferencia de la caja torácica, cambiando en forma de cono invertido, es decir, con la base hacia arriba, favoreciendo la función respiratoria, acentuándose esto cuando se fortalezcan los músculos que tienen que ver con esa función en la parte del tronco.

-Se fortalecen intensamente los músculos y ligamentos, aumenta su volumen y se acrecienta la fuerza muscular general.

-La actividad cardiovascular se hace relativamente estable pues el músculo cardíaco crece intensamente y está bien abastecido de la sangre, por eso su corazón es bastante resistente. El pulso sigue siendo acelerado, aproximadamente las pulsaciones por minuto oscilan entre 84 y 90.

Aparece una parquedad de los movimientos, se expresa una evolución paulatina hacia una ejecución más ajustada a los fines, desapareciendo los movimientos innecesarios, ellos son más precisos, aumentando la comprensión de las tareas motrices: la ejecución de los ejercicios vinculados al mantenimiento del equilibrio, los saltos de longitud y altura, las carreras y los ejercicios de coordinación complejas que exigen una concentración especial de la atención. Evitar los ejercicios tales como: los saltos en el lugar y con palmadas, pues provocan excitación acompañadas de distracción y disminución de la estabilidad de la atención.

Es importante practicar ejercicios, juegos y actividades deportivas acorde con la edad, continuar con el desarrollo de las capacidades físicas y de las habilidades motrices básicas y deportivas.

Se plantea por muchos autores que es la etapa culminante del desarrollo motor. Hay gobierno consciente del movimiento expresado en el dominio, la seguridad, precisión y rapidez mayor, existiendo marcada economía y funcionabilidad. Aumenta el ritmo motor, aunque no alcanza el nivel óptimo, se amplía la sensibilidad a los ritmos musicales.

Está bien desarrollada la capacidad de anticipación de los movimientos propios y ajenos. Se manifiesta la rapidez en el aprendizaje de nuevas acciones, así como la adaptación cinética a diversas condiciones. Aumentan considerablemente las capacidades de fuerza, rapidez, movilidad y coordinación.

Debe manifestarse un desarrollo acorde a la edad, de las habilidades motrices básicas y deportivas, en las actividades físicas, deportivas y recreativas que realizan los escolares, así como estar consientes de la necesidad de auto ejercitarse para mantener su organismo en un buen estado de salud físico y mental.

1.7.1-Formaciones psicológicas de la etapa

En el desarrollo psíquico está presente el surgimiento de un pensamiento conceptual, activo, reflexivo, crítico e independiente, siendo cada vez más protagónica la actuación del escolar primario. Hay mayor estabilidad de la esfera motivacional, que con el surgimiento de cualidades morales como son la responsabilidad, la laboriosidad y la solidaridad, le permiten a este escolar un mayor control sobre su conducta.

El grupo y la valoración social que recibe el niño como integrante del mismo, se convierte en vía de formación de sentimientos y cualidades morales en la medida en que el niño se someta a un conjunto de reglas y exigencias con las que se siente comprometido, por tanto asimila y hace suyas.

Las características que determinan la aceptación del niño en el grupo son: la iniciativa, la independencia, las habilidades físicas, el cumplimiento de normas de conducta social y el éxito docente, entre otras.

La actividad de juego se amplía y complejiza, el juego de roles continúa desarrollándose, cambia en cuanto a duración, temas y contenidos, y aparece el juego de reglas, el cual es practicado con sistematicidad, subordinándose a determinadas normas y regulaciones. Las reglas en esta edad son sagradas e intangibles, de origen adulto, y toda modificación constituye una trasgresión.

En este capítulo se hace un análisis de los referentes teóricos y metodológicos sobre la temática que se trata en la investigación, tomando como punto de partida criterios de numerosos autores, conocedores del tema los cuales permitieron conceptualizar los elementos que responden al objeto y campo de acción de la investigación.

CAPÍTULO II

MARCO METODOLÓGICO INVESTIGATIVO

En este capítulo se hace un análisis de los instrumentos aplicados durante el proceso investigativo, sus resultados y principales hallazgos, lo cual permitió elaborar un plan de acciones deportivo-recreativas para la masificación del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo #5 “Hermanos Saíz”.

Los instrumentos que se describen a continuación se encuentran en los anexos del trabajo. Guía de observación (anexo# 1 y 2), encuestas a entrenadores de balonmano (anexo # 4 y 5), encuesta a los niños (anexo# 6 y 7), entrevistas a informantes claves (anexos # 8), resultados del fórum comunitario. Además se hace una caracterización del consejo popular y la comunidad donde se llevó a cabo dicha investigación.

2.1- Caracterización del consejo popular y la comunidad “Hermanos Saíz”

El consejo popular “Hermanos Saíz” constituye una de las principales estructuras de administración del gobierno en el municipio San Juan y Martínez, se encuentra localizado hacia la zona sur de la ciudad, extendiendo sus límites hacia:

- Al norte el consejo popular “Vivero”.
- Por el sur el consejo popular “Punta de Cartas”.
- Por el este el municipio “San Luís”.
- Por el oeste el consejo popular “Pueblo”.

EL consejo popular “Hermanos Saíz” tiene una extensión territorial de 7 km². Cuenta con cinco asentamientos poblacionales, con un total de 4673 habitantes.

El centro de referencia de este consejo es la empresa tabacalera “Hermanos Saíz”. Los centros de mayor importancia son: la Escuela Secundaria Básica en el Campo (ESBEC) “Mártires de San Juan”, Seminternado “Hermanos Saíz”, dos escuelas primarias, 4 tiendas de víveres, 6 consultorios médicos, 3 talleres de escogidas y un combinado deportivo, además de un centro de Acopio y Beneficio del Tabaco.

Es un territorio que se dedica fundamentalmente a la siembra del tabaco de tapado y se distingue dentro del municipio tradicionalmente en su preferencia por la música folklórica contando, con una casa de tradiciones donde ensaya todas las noches un grupo cultivador de esta rama que ha alcanzado premios en festivales municipales.

Es importante señalar que la comunidad “Hermanos Saíz” es fundada el 24 de enero del año 1960 por el Comandante en jefe Fidel Castro; el lugar escogido fueron los terrenos de Pedro Menéndez, a unos 6km del casco urbano de San Juan y Martínez: al norte limita con la empresa tabacalera “Hermanos Saíz”, al oeste con la carretera de Punta de Cartas, al este con La Vigía y San Luís; al sur con las Cruces.

La mayoría de las personas que habitan esta comunidad proceden de familias humildes, que eran empleadas de Pablo Menéndez, latifundista, antiguo dueño de la zona antes del triunfo de La Revolución. Se agruparon todos los campesinos en lo que hoy se conoce con el nombre de Cooperativa “Hermanos Saíz”. Se desarrolla en esta cooperativa un amplio conjunto de relaciones interpersonales pues existen muy buenas relaciones entre los vecinos, los que integran un sistema de interacciones de índole socio-políticas de la escuela, participando activamente en sus reuniones con el objetivo de resolver los problemas de la escuela que a su vez tributan a la comunidad.

Sostiene su identidad e integración sobre la base de necesidades, intereses, sentido de pertenencia, tradiciones culturales, deportivas y memoria histórica, defendiendo y exigiendo sus intereses por la localidad, su tranquilidad, limpieza; es una comunidad en la que su población más joven ha participado activamente en las tareas de La Revolución desde sus inicios.

2.2- Valoración del tipo de estudio investigativo

La investigación es explicativa pre-experimental, ya que la misma está orientada a realizar un estudio sobre el comportamiento de la masificación de la práctica del balonmano en el consejo popular “Hermanos Saíz” del municipio San Juan y Martínez en las primeras edades, específicamente en los niños de 9-11 años pertenecientes al combinado deportivo #5 “Hermanos Saíz”; donde se diagnosticaron las principales dificultades y las causas fundamentales que provocan el bajo comportamiento de la masificación de la práctica del balonmano. Es explicativa porque se requiere de la combinación del método analítico-sintético en conjugación con el inductivo-deductivo, los cuales permitieron fundamentar la esencia de la problemática, dicho en otras palabras el por qué del objeto que se está investigando.

Por otra parte se utilizaron acciones deportivo-recreativas que permiten resolver la problemática existente sin llegar al nivel de validación de dicha propuesta por lo que la investigación es pre-experimental pues la información que se obtiene es de forma intencional realizada por la investigadora y las acciones están encaminadas a modificar la realidad, y de esta forma aproximarse de forma intuitiva a la contexto del objeto investigativo, obteniendo un reflejo mediatizado con una visión simplificada de la realidad objetiva en diferentes momentos, llegando a comprender mejor las teorías y los fundamentos en la investigación.

2.3- Análisis de los resultados

Resultados de la observación inicial

A continuación se realizó un análisis de los resultados obtenidos en las observaciones efectuadas durante el desarrollo de la práctica masiva del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”. La misma fue aplicada al inicio y después de 3 meses de su puesta en práctica, con el objetivo de valorar el comportamiento de la masividad de la práctica del balonmano. (Ver anexo 1 y 2 respectivamente).

En el aspecto 1 de la guía de observación se pudo comprobar que el ambiente general del área de trabajo en cuanto a preparación e higiene, donde se desarrolló la actividad fue normal. Con respecto al aspecto 2, el cual verificó la preparación para el desarrollo de la parte principal de la actividad, es decir, la parte introductoria de la actividad, se puede decir que no existe motivación de la actividad en el combinado deportivo # 5, el acondicionamiento físico general lo realiza de forma incorrecta y por otra parte se pudo constatar que la disponibilidad de materiales y medios son escasos, solamente utilizando algún balón y la portería.

El otro aspecto hacia el que estaba dirigido la observación es el actuar de los entrenadores durante el desarrollo de la actividad donde se pudo apreciar que los entrenadores utilizaban modales y el tono de voz en la actividad correctos, la motivación en correspondencia con la valoración anterior fue incorrecta y los demás aspectos, es decir, la relación del profesor con los niños, la utilización de medios, la variabilidad de las actividades y el trabajo educativo se comportaron de forma pobre, por lo que se puede decir que los entrenadores no están desarrollando la

actividad con la preparación requerida, ni la intención instructiva, educativa y formativa de dicha actividad.

Con respecto al desenvolvimiento de los niños durante el desarrollo de la actividad se pudo apreciar que los niños se comportan correctamente durante el desarrollo de la actividad, sin embargo, no siempre participan de forma activa y entusiasta, solo a veces se ayudan entre ellos o ayudan durante la actividad. Por otra parte se puede decir que los niños a veces muestran satisfacción durante el desarrollo de la actividad, comportándose con gran creatividad y protagonismo durante la misma.

Por último se observó la parte final de la actividad donde se pudo apreciar que los entrenadores no realizan ningún tipo de acción para la recuperación de los niños, ni para el análisis de la actividad desarrollada, además de no realizar el nexo o la motivación de la próxima actividad, por lo que la parte final de la masividad de la práctica del balonmano se puede calificar como insuficiente, ya que no realizan correctamente las tareas fundamentales como son la recuperación, el análisis y el nexo con el próximo encuentro.

- Resultados de la encuesta a entrenadores de balonmano

En el presente epígrafe se realizó un análisis de la encuesta realizada a los 2 entrenadores de balonmano que desarrollan su labor en el combinado deportivo “Hermanos Saíz”, además se encuestó 2 entrenadores de otros municipios que al igual que los de la muestra, tienen la responsabilidad de impartir la actividad con los grupos masivos; donde se pudo obtener sus criterios, ideas y experiencias, las cuales han sido de gran utilidad para la materialización del trabajo encaminado a favorecer la masificación de la práctica del balonmano en los niños de 9-11 años en la comunidad (ver anexo No. 4).

Los resultados que a continuación se analizan se pueden constatar en la tabla que muestra los resultados más significativos de la encuesta a los entrenadores antes mencionados (ver anexo No. 5).

El primer elemento de importancia para esta investigación, lo constituye los años de experiencia de los entrenadores en la escuela comunitaria donde se pudo constatar que de los 4 entrenadores encuestados 2 poseen menos de 3 años de experiencia, 1 tienen 4 años y un solo entrenador posee 5 o más años de experiencia, por lo que

se pudo decir que el 50 % de los entrenadores encuestados están por debajo de los 3 años de experiencia en dicha función; por otra parte al tener en cuenta el nivel profesional de los mismos y se comprobó que 4 los entrenadores son graduados de nivel superior, es decir, son Licenciados en Cultura Física y que desde su graduación su trabajo lo realizan como entrenador de balonmano.

Por otra parte con respecto al comportamiento de la masificación de la práctica del balonmano en sus respectivas escuelas comunitarias el 100% de los entrenadores autocalifican dicha actividad como mala. El otro elemento que se midió es la importancia que ellos le conceden al trabajo de la masividad en edades tempranas para el desarrollo del balonmano, donde los 4 entrenadores que representan el 100 % de los encuestados plantearon que sí tiene gran correspondencia o significación.

También se tuvo en cuenta preguntas de filtro y de control, como por ejemplo se les preguntó acerca de si conocían la resolución No. 44/2002, referente al perfeccionamiento del fondo de tiempo para los profesores en las escuelas comunitarias y aspectos del grupo de masividad y perspectivas, donde 1 planteó que sí la conocía, 3 que conocían algunas cosas de la misma, por lo que se puede asegurar que aproximadamente el 75 % de los encuestados no conocen la resolución antes mencionada y muestra de ello es la próxima pregunta en la que ellos seleccionan el número de niños con que está estipulado desarrollar la actividad con los grupos masivos de balonmano en las escuelas comunitarias y los resultados fueron los siguientes: 1 planteó que con 16 niños, 1 que se debía trabajar con 24; 2 que era con 32 o más; por lo que se planteó que no se corresponde lo que dicen en la pregunta anterior con el conocimiento real de lo establecido en dicha resolución, además solo uno conoce la cantidad real de niños que deben tener en su actividad con los grupos masivos.

Además se consideró importante la planificación de la actividad y según el resultado de la encuesta, 1 entrenador plantea que sí la planifica, 3 que la planifican de forma irregular, es decir, a veces, por lo que alrededor del 75 % de los entrenadores no conciben la actividad a desarrollar, por lo que se arribó a la conclusión de que la mayoría de las veces se desarrolla de forma empírica.

En relación con el objetivo fundamental que ellos persiguen con la impartición de la actividad masiva con los niños, en cuanto a priorizar la salud, enseñanza del balonmano, selección de talentos y ofertas recreativas, se pudo detectar que 2 entrenadores solamente plantearon que el primer objetivo de la masividad es salud (50 %), 1 que priorizan la enseñanza del balonmano (25 %), 1 prioriza el proceso de selección de talentos (25 %), los entrenadores no priorizan la actividad masiva como medio para elevar la calidad de vida, por lo que se pudo plantear que existe el conocimiento real del objetivo de la masificación por la práctica deportiva en la comunidad es insuficiente y muestra de ello es que el 50 % de los entrenadores encuestados utilizan la masividad en su deporte como vía para la enseñanza del balonmano y la selección de talentos, relegando a un último plano la salud, calidad de vida, ofertas recreativas y bienestar de nuestros niños.

El último aspecto fue su criterio para conocer si era necesario elaborar un plan de acciones deportivas-recreativas que favorezcan la masificación por la práctica del balonmano en las primeras edades y los 4 encuestados plantearon que sí, lo que demuestra la necesidad de poner en sus manos la propuesta y de esta forma llevarla a la práctica.

- Análisis de los resultados de la encuesta a los niños

En el presente epígrafe se hizo un análisis de los resultados obtenidos en la encuesta aplicada a los 24 niños de 9-11años que conforman el grupo masivo de balonmano del combinado deportivo 5 del consejo popular “Hermanos Saíz” del municipio San Juan y Martínez, la cual se basó en una guía de encuesta para los niños (Ver anexo No. 6 y 7). La misma sirvió para verificar sus preferencias recreativas y específicamente en la comunidad, de la que se pudo decir que se les aplicó la encuesta a los 24 niños que conforman la muestra motivo de la investigación.

El primer aspecto que se midió fue la edad biológica de los niños donde la muestra conformada está integrada por 10 niños con 9 años de edad, 12 poseen 10 años y 2 ya tienen 11 años por lo que dicho grupo tiene un promedio de edad de 9-11 años, además son de ambos sexos.

La pregunta 2 con respecto si les gusta ir a la escuela, 2 dicen que no (8,3%), 3 plantean que a veces (12,5 %) y 19 para un 79.2 % dicen que sí desean ir a la escuela, resultando esto un elemento a tener en cuenta no solo los profesores de la escuela, sino los entrenadores para trazar actividades encaminadas a despertar el interés por ir a la escuela de estos niños, por otro lado la pregunta 3 de las opciones que se les dieron un solo niño prefiere conversar con los otros compañeros, mientras que los otros 2 prefieren priorizar el estudio y 11 atender a las clases, y el resto de los niños que son 10 para un 41.6 % de la matrícula total prefieren jugar antes de las otras actividades.

La pregunta 4 sobre sus preferencias cuando llegan a casa después de la escuela uno solo prefiere hacer tareas escolares, uno también prefiere ayudar en los quehaceres de la casa, mientras que 5 niños se inclinan por la programación televisiva y 17 que representan el 70.8 % prefieren ir a jugar. La pregunta 5 es con respecto a donde juegan y 19 niños (72,9%) lo realizan en el terreno del combinado a pesar de que no está en buenas condiciones. En relación a los deportes que prefieren el 58,4 les gusta practicar el balonmano, 5 niños prefieren el béisbol y 5 otros deportes como el baloncesto y el fútbol.

El otro aspecto que se les preguntó fue con respecto a la frecuencia semanal con que desean asistir al balonmano donde 2 solamente plantearon que 4 veces por semanas, ninguno dijo de asistir, 2 ni 3 veces y 22 niños que representan el 91.6 % plantearon que sentían deseos de asistir todos los días a la práctica del balonmano. Con respecto a las actividades que prefieren hacer cuando llegan al balonmano, de las ofertas que se les dieron 1 solo prefirió realizar planchas, otro realizar juegos de mesa, 3 desarrollar actividades propias de enseñanza del balonmano mediante ejercicios, mientras que 10 niños que constituyen el 41.6 % prefieren dedicar la actividad a jugar balonmano e igual número prefiere realizar competencias de carreras. En la última pregunta realizada se pudo constatar que los niños tienen gran aceptación por la práctica de diferentes deportes y actividades recreativas, fundamentado en que 5 plantean en primer lugar la pasión por la práctica del béisbol, 4 prefieren el fútbol en primera opción, 1 prefiere el baloncesto, 7 prefieren

la práctica de actividades recreativas y 7 que representan el 29.2 % de la muestra prefieren en primera opción practicar el balonmano.

- Análisis de los resultados de la entrevista a informantes claves

En este epígrafe se hizo un análisis de los aspectos más comunes y significativos obtenidos en la entrevista, la cual tuvo como objetivo identificar los aspectos fundamentales sobre el comportamiento del trabajo de la masividad de la práctica de actividades deportiva en la comunidad, realizada a informantes claves para esta investigación como son director, sub director deportivo y jefa de cátedra de deporte del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Se creó un ambiente agradable y comunicativo con cada uno de los entrevistados, lo cual permitió obtener información confiable sobre hechos, opiniones, ideas y criterios; y de esta forma enriquecer la información obtenida por otros métodos investigativos utilizados en dicha investigación; en la misma se trataron aspectos significativos (Ver anexo No. 5), donde se mencionan por ejemplo:

Los entrevistados tienen varios años de experiencia laboral, sobresaliendo el director con 10 años, 2 han prestado servicio en la hermana República Bolivariana de Venezuela con un meritorio trabajo, como dirigentes lleva 3 años la jefa de cátedra, 5 o más los otros. 2 plantean que las principales regulaciones que rigen el trabajo de la masividad están establecidas por el Instituto Nacional de Deportes Educación Física y Recreación, el cual plantea la importancia de la misma en el logro de la salud, recreación y esparcimiento de la población en aras de elevar la calidad de vida de la población en general. Sin embargo el director plantea que también deben cumplir los objetivos pedagógicos, algo paradójico, pero además coinciden en que se debe trabajar la historia del deporte, las acciones básicas del balonmano, actividades lúdicas, también explican que los grupos masivos sirven de base a los grupos prospectivos o talentos para competir entre escuelas, por lo que le conceden gran importancia a la actividad con los grupos masivos.

Por otra parte refieren que las principales fortalezas y debilidades de la masificación de la actividad deportiva en la comunidad están dadas por que existen dificultades con los horarios escolares de los niños en sus escuelas, la escasez de recursos e instalaciones, comentando que a pesar de la situación de los recursos los

entrenadores son pocos creativos en ocasiones y explotan muy poco las potencialidades de la comunidad, aunque existen disciplinas que marchan a la vanguardia tanto a nivel provincial como nacional como por ejemplo la lucha y el judo.

Plantean además que la masividad la trabajan frecuencia 3 semanal incluyendo los sábados en la sesión de la mañana, con respecto al control de sus técnicos enfatizan en la matrícula en los grupos masivos, control de asistencia, compromiso o acta de responsabilidad firmada por la escuela docente y padres de los niños, así como la planificación de las actividades en la semana. En cuanto a la posible elaboración de un plan de acciones deportivo-recreativas que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años en su comunidad, plantean que la misma debe tener gran importancia porque por general los técnicos poseen poca experiencia y no cuentan con un programa, documento que oriente el trabajo de los mismos encaminados a mejorar la masividad, no solo del balonmano sino en otras disciplinas que se practican en la escuela, además les da la posibilidad a los entrenadores de desarrollar su actividad más dinámica y con mayor nivel científico, logrando con esto el logro de una mayor asistencia de nuestros niños y por ende un fortalecimiento en el vínculo con la comunidad.

Por último todos coinciden en que la masificación por la práctica del deporte en la comunidad es regular y es producto no solo a problemas objetivos sino subjetivos en ocasiones.

- Análisis de los resultados del fórum comunitario

Durante la aplicación de este método de intervención comunitaria pudimos realizar una pequeña reunión donde participaron varios de los factores, entidades y organizaciones implicadas en el proceso de llevar a cabo programas, acciones o estrategias con vista a lograr transformaciones en la comunidad, teniendo la escuela como el centro cultural más importante de la misma, de forma tal que se expresaron las principales dificultades que afectan la práctica masiva del deporte en los niños de la comunidad como son la disponibilidad de instalaciones o lugares preparados para el disfrute de los niños y una mejor utilización del tiempo libre, la sistematicidad de los entrenadores del combinado deportivo con los grupos masivos

en la comunidad, la vinculación de los padres y la comunidad a la actividad; por lo que se trazaron acciones con vista a darle solución a dicha problemática como es la creación de grupos gestores que atiendan esferas como:

- Divulgación y propaganda.
- Mantenimiento y rescate de áreas y espacio para la práctica deportiva.
- Medios de enseñanza.
- Atención a la logística.

Estos grupos gestores tendrán gran importancia ya que de esta forma involucramos todos los factores de la comunidad para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

Las actividades fundamentales a desarrollar por cada grupo gestor se encuentran:

Grupo gestor divulgación y propaganda

- Confeccionar carteles con ayuda de los niños y colocarlos en lugares visibles, donde den a conocer las actividades que se desarrollan.
- Promocionar la práctica masiva del balonmano.
- Realizar actividades de charlas, conversatorios en las escuelas para dar a conocer la existencia de dicho proyecto.

Grupo mantenimiento y rescate de áreas y espacios para la práctica deportiva

- Mantener las áreas e instalaciones deportivas en buen estado.
- Convocar trabajos voluntarios para el rescate de nuevos espacios que contribuyan a la masificación por la práctica del balonmano.

Grupo medios de enseñanza

- Confeccionar medios de enseñanzas que tributen a un mejor desarrollo de las actividades del balonmano y otros deportes, porterías, como banderitas, láminas, net, aros.
- Realizar exposiciones sobre la creación de medios de enseñanza.
- Garantizar la recuperación y el mejoramiento de los materiales y medios con se cuenta.

Grupo atención a la logística

- Asegurar toda actividad desde el punto de vista organizativo que se pretenda realizar.

2.4- Fundamentación y presentación de la propuesta

La edad es uno de los aspectos particulares más importantes en el programa de recreación física. Los encargados de esta actividad deben tener muy claras las diferentes características del hombre en su desarrollo endogenético, pues esto es lo que permite especializarse en determinados estratos, desde los más jóvenes hasta la tercera edad y a partir de la consideración de las características particulares de cada grupo de edad, buscar las variantes óptimas para organizar un programa, una metodología, una guía, una alternativa o un plan de acciones.

Considerando lo antes expuesto se enfatiza que el contenido de las necesidades recreativas en estrecha relación con el grado de desarrollo biopsicosocial de cada grupo de edad es la base para elaborar un plan deportivo-recreativo educativo y eficiente.

La propuesta consiste en un plan de acciones deportivo-recreativas para niños de 9-11 años, la misma constituye un documento que sirve de guía y orientación para el trabajo con los grupos masivos de balonmano en edades tempranas en el contexto comunitario; por eso tiene la intención de ofrecer acciones deportivas, recreativas y educativas vinculadas al balonmano que suponen entre otras cosas el paso previo a la ejecución efectiva de una idea o propuesta que persigue como objetivo fundamental propuesto con anterioridad, favorecer la masificación de la práctica del balonmano. Su estrategia didáctica radica en transformar a corto, mediano y largo plazo la masificación de la práctica del balonmano en los niños de la comunidad, familiarizarlos, enseñarles algunas habilidades y mejorar cualidades físicas que tributen al mejoramiento de su salud, satisfacción y a la vez identificarlos con el balonmano. Por otro lado la estrategia educativa de dicho plan de acciones deportivo-recreativas consiste en un grupo de acciones educativas que a corto, mediano o largo plazo permitan la transformación de los modos de actuación de los niños para alcanzar en un tiempo concreto los objetivos comprometidos con la formación, desarrollo y perfeccionamiento de sus facultades morales e intelectuales.

Podemos decir que este plan de acciones deportivo-recreativas posee intencionalidad, indicaciones, usuario, dimensiones, acciones, plazos de cumplimiento y forma de evaluación, además se cumplimenta sobre la base de los principios de la flexibilidad y adaptabilidad. El mismo tiene bien definido objetivo educativo e instructivo los cuales responden a su intencionalidad, tiene bien concebidas sus indicaciones metodológicas para su puesta en práctica, los entrenadores y los niños de 9-11 años que constituyen la muestra poseen dimensiones que enmarcan las diferentes acciones deportivo-recreativas así como los plazos que pueden ser cambiados o modificados según las preferencias, necesidades y potencialidades que se desarrollan durante la puesta en práctica de dicha propuesta, por otro lado la forma de evaluación está dada por el nivel de aceptación y satisfacción que tengan las acciones en los niños los cuales realizan la actividad.

Por otra parte el presente plan de acciones tiene definidas tres dimensiones de trabajo como son la lúdica, la instructiva y la educativa, existiendo gran relación entre las mismas donde la primera tiene como objetivo fundamental mejorar las cualidades físicas logrando el interés y la satisfacción por la práctica de actividades deportivas como medio de salud; la cual se debe comenzar a poner en práctica desde un principio logrando su objetivo a corto y mediano plazo. La dimensión instructiva persigue como principal intención familiarizar a los niños con las habilidades motrices básicas propias del balonmano así como el conocimiento de las reglas que rigen el juego del balonmano, las cuales se deben lograr a largo plazo sin necesidad de apresurar el proceso; por otro lado la dimensión educativa tiene como objetivo lograr una cultura del deporte en el niño, específicamente su interés e identificación con la práctica del balonmano, así como la fomentación de valores éticos, estéticos y morales que contribuyan de cierto modo al desarrollo de su personalidad, por lo que podemos decir que esta dimensión se debe cumplir a mediano o largo plazo.

En cuanto al aporte teórico del plan de acciones recreativas se pudo resaltar la metodología, la interrelación de las actividades, los medios concebidos,

regulaciones, concepciones teóricas, ordenamiento y leyes que rigen el trabajo de la masividad en la comunidad.

Por otra parte su aporte práctico está fundamentado en las orientaciones, recomendaciones, indicaciones y medios auxiliares como reglamentos y resoluciones que orientan y apoyan la puesta en práctica de dicho plan de acciones deportivo-recreativas.

Los resultados del diagnóstico realizado son el punto de partida para elaborar el plan de acciones deportivo-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del balonmano en el combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.

2.4.1-Plan de acciones deportivo-recreativas para los niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez

Criterios y actividades del plan de acciones deportivo-recreativas

Después de haber realizado una amplia revisión bibliográfica sobre el objeto de estudio y sobre las características fundamentales de la masificación del balonmano, presentamos algunos criterios sobre el plan de acciones y en lo que consiste.

El plan de acciones tiene como objetivo general **favorecer la masificación de la práctica del balonmano de los niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.** Este consta de tres dimensiones y dos objetivos:

1-Dimensión lúdica.

2- Dimensión instructiva.

3- Dimensión educativa.

Objetivo educativo: fomentar en el niño el interés por la práctica del balonmano, contribuyendo a su satisfacción recreativa, constituyendo un medio para el fortalecimiento de su salud, integración, valores éticos, estéticos y morales que conlleven a la elevación de la calidad de vida.

Objetivo instructivo: ejecutar habilidades motrices básicas, técnicas y reglas propias del juego, dotándolos de conocimientos teóricos y prácticos que les permita

jugar balonmano en condiciones sencillas, conjuntamente con las cualidades físicas acorde a la edad de los niños.

Características generales del plan de acciones

- **Flexible:** su aplicación puede ser variada en correspondencia con las características de los niños, además puede ser aplicado en otros combinados deportivos.
- **Intercambio cognoscitivo grupal:** permite la relación del profesor con los niños y entre niños además de transmitir los conocimientos adquiridos sobre la masificación y práctica de actividades deportivas.
- **Orientador:** pues permite a través de las observaciones, determinar donde radican las principales dificultades en la masificación y a partir de lo cual se podrán trazar nuevas estrategias para favorecerla.
- **Previsor:** da la posibilidad de detectar los errores más específicos de forma sistemática en cada uno de los ejercicios y actividades planificadas y además da la oportunidad de evaluar.
- **Desarrollador:** a medida que se vaya logrando la sistematización de las acciones deportivo-recreativas deberá mejorar la masificación de la práctica del balonmano.
- **Potenciador:** permite que los niños asimilen los conocimientos durante las acciones deportivas y que los transmitan a otros niños de la escuela.

Indicaciones metodológicas generales del plan de acciones

- Vincular la mayor cantidad de acciones y actividades hacia el conocimiento y la práctica del Balonmano.
- Adaptar juegos pre deportivos a la actividad propia de masificación del balonmano.
- Interrelacionar las diferentes dimensiones teniendo en cuenta sus objetivos y plazos de cumplimiento.
- Lograr el protagonismo por parte de los niños, logrando que se sientan bien, aún modificando las actividades a su propio gusto.
- Orientarles tareas y responsabilidades a los niños.
- Impartir la actividad al menos con una frecuencia de 3 veces a la semana, pudiendo existir flexibilidad en los horarios.

- Conveniar actividades en conjunto con la escuela e insertar a los padres y otros factores de la comunidad.
- Las actividades deben tener una intencionalidad tanto instructiva como educativa.
- Utilización adecuada de los medios auxiliares durante la actividad.
- Fomentar valores éticos, estéticos y morales en aras de lograr una educación integral de los niños.
- El tiempo de cumplimiento puede ser modificado respondiendo a las condiciones objetivas así como las necesidades recreativas de los niños.
- Trabajar ejercicios de familiarización, desplazamiento, posiciones básicas e imitaciones de gestos técnicos con presencia de balones de bajo peso u otro tipo de pelotas.
- Enfatizar en el trabajo de las cualidades físicas de fuerza, rapidez, flexibilidad y coordinativas.
- Realizar la mayor cantidad de acciones en el terreno de balonmano.
- Ofrecerle a los entrenadores un documento que contenga las regulaciones fundamentales que rigen el trabajo de la masividad en las escuelas comunitarias.
- Fomentar el trabajo con los activistas mediante el desarrollo de la propia actividad.
- Durante el desarrollo de la actividad se debe tener presente la interdisciplinariedad, en otras palabras vincular la actividad acorde con la actividad docente que desarrollan en la escuela.

2.4.2- Dimensiones del plan de acciones deportivo-recreativas para los niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5.

1. Dimensión lúdica

Objetivo: mejorar las cualidades físicas logrando el interés y la satisfacción por la práctica de actividades deportivas como medio de salud.

Tiempo de duración: 3 meses.

Responsables: profesores de balonmano, jefe de cátedra y subdirectores de actividades deportivas del combinado.

Lugar: terrenos de balonmano de la comunidad.

Participantes: los niños de 9-11 años del grupo masivo.

Actividades a realizar.

Acciones basadas en juegos

1. Balón en la torre

Número de jugadores: de 10 a 14.

Campo de juego: de 10 a 15 x 20 a 30m.

Aparato de juego: balón hueco.

La idea del juego consiste en lanzar el balón al propio celador de la torre, mediante pases precisos y rápidos dentro del equipo. El celador de la torre se encuentra sobre un cajón sueco en la mitad del área rival. El cajón sueco se coloca a unos 3m de la línea base, de manera que se pueda correr en torno suyo. Lo mejor es jugar con siete jugadores por equipo: tres delanteros, un medio. Dos defensas, un celador de la torre. Por supuesto, los defensores no están ligados a un lugar fijo, sino que forman más bien un sistema muy móvil en el que cada uno conoce su tarea principal. Por cada trape del balón por parte del celador de la torre, que no puede abandonar su cajón sueco, se le concede un punto al equipo. Después de ello, lo mismo que al comienzo del juego, mediante sorteo, el equipo vencido lanza el balón desde la línea media.

Gana el equipo con el mayor número de puntos logrados en dos pasadas de 7min cada una.

Se juega a partir de las reglas del balonmano que podemos variar de acuerdo a las intenciones de nuestros ejercicios:

- 1-No correr más de tres pasos con el balón en la mano.
- 2-No mantener el balón más de 3seg en la mano.
- 3-El balón solamente se puede driblar con una mano.
- 4-No tocar el balón con la rodilla, la pierna o el pie.
- 5-No empujar, agarrar ni codear al rival.
- 6-No arrancar el balón de las manos del rival (pero se le puede interceptar en el dribbleo).
- 7-En la puesta en juego no se puede pasar directamente el balón al celador de la torre.

Después de una infracción a las reglas, se realiza un tiro libre o una puesta en juego por parte del equipo rival, por lo que todos los jugadores tienen que alejarse 3m del lanzador.

2. Balonmano con cajón sueco

Número de jugadores: de 10 a 14.

Campo de juego: 20 x 40m

Aparato de juego: un balón hueco.

También este pequeño juego por equipos tenemos dos bandos de 5 a 7 jugadores cada uno. La meta consiste en lanzar el balón a través de una sección de un cajón hueco colocando como portería en el centro de un círculo con un diámetro de 6m en la mitad del área del rival.

Se puede jugar alrededor del círculo y lanzar el balón sobre la portería desde adelante y desde tras, lo que requiere un portero muy ágil. Se juega conforme a la regla 1 y 6 señaladas en el juego anterior. A ellas se les añade:

7-Si un atacante penetra en el círculo, se le concede al equipo atacante un lanzamiento desde 5m.

8-Si una defensa pasa al círculo el portero lanza entonces el balón al centro.

Observación metódica: ya que la portería puede ser atacada por ambos lados y porque, incluso, el portero más ágil no siempre estará listo para la defensa, hay que señalar la necesidad de un marcaje preciso del rival. De manera se adecua a un marcaje consecuente, hombre a hombre, que requiere para muchos juegos deportivos.

3. Rodando el balón

Número de jugadores: *de 10 a 16*

Campo de juego: hasta 15x30m: la línea del área de la portería se traza una distancia de 2a3m de la línea del gol.

Aparato de juego: pelota maciza pequeña o un balón hueco inflado blandamente.

Rodando el balón es un juego combativo y fatigante. Dos equipos intentan marcar goles rodando el balón (balón rodante), o lanzándolo a la altura de la rodilla (balón lanzado a la rodilla). Al principio, las porterías están construidas por los límites traseros del área de juego entre los dos banderines de la esquina. Un número

determinado de jugadores dependiente del ancho del área y del número de jugadores de un equipo, que pueden ser relevados a voluntad, custodia la portería. Pero para la defensa de la portería no debe haber más jugadores de lo convenido (de 2 a 4) en el área de la portería. Si no se juega con esta regla, sucede frecuentemente que todos los jugadores la bloquean, lo que va en deterioro del juego en el centro del área.

Después de cada gol el equipo vencido rueda el balón a lo largo de la línea del medio.

No se permite empujar o molestar a codazos al rival que tiene el balón. Como hay que correr en posición inclinada, el juego es muy agotador. Se recomienda no jugar más de dos pasadas, de 5 min cada una.

He aquí un breve resumen de las reglas de juego (que corresponden a las reglas del balonmano):

1-Se analiza un tiro libre.

a-Al no jugar limpio.

b-Al chutar el balón con el pie.

c-Al correr más de tres pasos con el balón en la mano.

d-Cuando al lanzar se traspasa la línea del área de portería.

e-Al llevar el balón a una altura superior de la rodilla (ser riguroso con esas exigencias).

2-Se analiza un tiro de 7m cuando en el área de la portería haya más jugadores de lo acordado para protegerla.

4. Balonmano en círculo

Número de jugadores: de 8 a 10.

Aparato de juego: balón hueco.

Los jugadores se forman en círculo, pero con las piernas abiertas. Un jugador se forma en el centro del círculo e intenta lanzar el balón a través de una de las porterías así formuladas. Si los jugadores del círculo son lo suficiente rápidos, lo impiden saltando en la posición de firme, con lo que se logra que el balón rebote. Al lanzador se le permite amagar para tirar luego en una dirección cualquiera. Los releva el (arquero) golpeado si tuvo éxito.

5. Balón de portería

Número de jugadores: de 5 a 7 por cada grupo.

Aparato de juego: balón hueco, banderín.

Con dos banderines o estacas señaladas una portería con el ancho de 3 a 4m, defendidas por un portero. Ambos lados de portería se apostan grupos de dos a tres jugadores cada uno, que se alternan con el tiro a la portería, obligando así al portero a que, después de cada tiro, tenga que dirigirse a la otra dirección. La distancia entre los chutadores y la portería depende de sus habilidades en el lanzamiento o el tiro (de 8 a 12m).

Después de unos 20 tiros -10 de cada lado- se cambia al portero.

Observaciones metódica: a causa de la formación de los jugadores a ambos lados de la portería, no se pierde tiempo para ir a buscar el balón.

6. Pase el balón

Número de jugadores: de 6-8 por cada grupo.

Aparato de juego: balón hueco o de balonmano.

Grupos de jugadores tratan de transportar el balón de delante, atrás, pasándolo por encima de la cabeza y por debajo de las piernas, de forma alternativa. Al llegar al final, el último jugador lo lanza, rodando, por entre las piernas de sus compañeros. Ganará el equipo que antes complete un número determinado de vueltas.

7. Perseguir al contrario

Número de jugadores: de 8 a 10.

Un jugador es perseguido directamente por un oponente directo. El resto de jugadores, con las manos cruzadas a la altura del pecho tratan de evitar que el perseguido sea tocado, interfiriendo con su cuerpo la trayectoria del perseguido.

Observaciones: caso de ser tocado, cambia de funciones.

Variantes: a señal dada (indican el nombre), cambio de perseguido y perseguido.

Estos juegos y otros que se puedan incorporar nos dan la posibilidad de crear nuevas variantes y contribuyen de forma satisfactoria no solo a la recreación de los niños sino también al trabajo con los elementos técnicos y desarrollo de cualidades físicas coordinativas.

Acciones en equipo

- Competencias de relevo.
- Festivales deportivos recreativos.
- Programas a jugar.
- Competencias de precisión de los elementos técnicos con marcas en el terreno. (Dribbling, pase-recibo,).
- juego al tocado entre las líneas de 6 y 9 metros del terreno de balonmano.

Las mismas se desarrollan con diferentes variantes y siempre se les incorpora actividades propias del balonmano, como por ejemplo: los desplazamientos del balón, pases – recibos, tiros a portería. Algunas de estas actividades se recomiendan realizar en conjunto con otros miembros de la comunidad, preferentemente los fines de semanas.

2. Dimensión instructiva

Objetivo: familiarizar a los niños con las habilidades motrices básicas propias del balonmano así como el conocimiento de las reglas que rigen el juego del balonmano.

Tiempo de duración: 3meses.

Responsables: profesores de balonmano, jefe de cátedra y subdirectores de actividades deportivas del combinado.

Lugar: terrenos de balonmano de la comunidad.

Participantes: los niños de 9-11 años del grupo masivo.

Actividades a realizar.

Acciones propias del balonmano

- Realizar un desmarque sin balón, para poder recibirlo.
- Realizar competencias internas de corta y larga duración.
- Juegos de balonmano de playa.
- Juego de balonmano con diferente intencionalidad, gana el equipo contrario al que anota el gol, sin lograr este objetivo de forma intencional.
- Ejercicios sencillos de elementos propios del balonmano.

Son ejercicios preparatorios para la enseñanza de los elementos técnicos del juego con acciones típicas del balonmano, se deben realizar en un espacio reducido del

terreno y procurar siempre que prime la motivación durante el desarrollo de los mismos.

Acciones basadas en la práctica de otros deportes

- **Fútbol:** los cambios de direcciones ayudan a la hora de desplazarse con balón y el tiempo de juego favorece el trabajo de la capacidad física resistencia.
- **Baloncesto:** las acciones de contra ataque en trío, dúo son muy similares a los del balonmano.
- **Voleibol:** los saltos que se realizan hacia la net busca la intencionalidad en el despegue en los tiros a puerta.

Todas estas actividades son propias de determinados deportes, pero se desarrollan con elementos propios del balonmano, con limitaciones en el tamaño del terreno del juego y en algunos casos adaptando las reglas del juego a conveniencia de los mismos practicantes. Sirven para el desarrollo de las cualidades físicas, habilidades, la motivación y la creatividad de los niños.

Acciones competitivas

- Competencias de penalti.
- Competencias de habilidades de drible.
- Competencias de habilidades de pase- recepción.
- Juegos competitivos de 2 vs 2, 3 vs 3 y 4 vs 4.

Estas acciones se pueden realizar con medios rústicos, en algunos casos utilizando oponentes en los juegos competitivos, además se pueden incorporar variantes en cuanto a elementos, posiciones etc., la competencia de habilidades se puede realizar en el terreno y fuera del mismo pudiéndose efectuar con varios elementos técnicos del balonmano.

3. Dimensión educativa

Objetivo: lograr una cultura del deporte en el niño, específicamente su interés e identificación con la práctica del balonmano, así como la fomentación de valores éticos, estéticos y morales que contribuyan de cierto modo al desarrollo de su personalidad.

Tiempo de duración: 3 meses.

Responsables: profesores de balonmano, jefe de cátedra y subdirectores de actividades deportivas del combinado.

Lugar: terrenos de balonmano de la comunidad.

Participantes: los niños de 9-11 años del grupo masivo.

Actividades a realizar.

Acciones educativas

- Realizar cumpleaños colectivos.
- Crear grupos gestores.
- Establecer 5 minutos de debate al comenzar cada actividad.
- Trabajo con los activistas.
- Participación como equipo comunitario en los planes de la calle.
- Realizar excursiones a parques recreativos, museos.
- Video clases (confesiones de grandes, documentales).
- Convocar concursos de balonmano.
- Creación de círculos de interés donde se desarrollen actividades como estudio de determinados temas, montar exposiciones así como creación y recuperación de medios.
- Desarrollar actividades audiovisuales con diferentes temáticas que tributen al fortalecimiento de la enseñanza del balonmano.
- Desarrollar conversatorios con atletas y entrenadores destacados.
- Realizar visitas a centros de alto rendimiento.

Estás actividades van encaminadas al desarrollo general integral de los niños, se desarrollan durante el curso, pues aportar un cúmulo de conocimientos acerca de la importancia de la práctica deportiva, trayectoria de atletas y entrenadores destacados de nuestro país, además brindarles otros elementos que a pesar de tener una intención recreativa contribuyen a aumentar el caudal de conocimientos de los mismos. También se les orientan tareas y se realizan estudios acerca de temáticas relacionadas con el deporte, por otra parte se fomentan las relaciones interpersonales y la convivencia en grupo, varias de estas acciones se deben desarrollar con un sentido educativo por ejemplo en conmemoración a fechas de

hechos y acontecimientos alegóricos no solo al deporte sino histórico, político y social de nuestro país.

Acciones recreativas como medios de recuperación

- Juegos de cartas o briscas.
- Juego de rompecabezas.
- Sopa de letras.
- Completamientos de frases y crucigramas.
- Juego de dominó.
- Juego de dama, come- come, dama china, ajedrez.
- Otros juegos didácticos.

Todas estas actividades se realizan con el fin de recuperar de la forma más sana y recreativa, además contribuyen al esparcimiento de los niños pero nos brindan la posibilidad de adecuarlos para orientarles tareas a resolver y su particularidad fundamental es que se pueden desarrollar en cualquier lugar sin requerimientos de grandes condiciones.

Plazos de Cumplimiento: 3 meses, en los que se pondrán en acción las tres dimensiones, logrando sus objetivos a corto y a mediano plazo.

Formas de evaluación: a través de la observación, se va retroalimentando el plan según las debilidades y fortalezas de las acciones deportivo-recreativas.

2.5- Análisis de la valoración crítica de los especialistas

Es de gran significación a la elaboración y fortalecimiento del plan de acciones deportivo-recreativas, ya que se les aplicó a compañeros con una vasta experiencia, más de 15 años de experiencia en la disciplina, permitió obtener información acerca de la propuesta elaborada para favorecer la masificación por la práctica del balonmano en niños de 9-11 años en la comunidad, aportando ideas, valoraciones, vivencias, sugerencias así como explicando las debilidades y fortalezas del mismo, acerca de la futura puesta en práctica de nuestra propuesta fundamentada en cuatro aspectos fundamentales: efectos, aplicabilidad, viabilidad y relevancia.

Se pudo decir que la misma se les aplicó a 3 profesores que poseen al menos categoría docente o científica, han ocupado y otros ocupan actualmente cargos

provinciales, han brindado servicio en el extranjero y han participado en varios eventos científicos.

De forma general los mismos hacen sus valoraciones y dan criterios acerca de dicha propuesta planteando que por su contenido puede ser aplicada en su totalidad para el objetivo que se propone, aunque puede ser modificada o variada según las propias características de los niños y la comunidad en la cual se pretenda poner en práctica.

En cuanto a la viabilidad plantean que puede estar dada por las condiciones o potencialidades de la zona, aunque por las características que distinguen estas acciones son viables para cualquier comunidad y aún más en comunidades urbanas donde la disponibilidad de las instalaciones es mayor que en zonas rurales pero la demanda de ofertas recreativas se hace mayor producto a la concentración de la densidad poblacional, además plantean que dichas acciones no solo se deben llevar a cabo por los entrenadores sino que deben formar parte algunos centros de trabajo, organizaciones de masas, escuelas y otros organismos, organizaciones y población en general, pero se debe tener presente que el objetivo fundamental no es encontrar en cada barrio un talento sino un campeón olímpico, un recordista en niveles de salud, bienestar social, satisfacción espiritual y con un elevado nivel de calidad de vida.

Por otra parte sugieren que dicha propuesta incremente las acciones educativas e instructivas encaminadas a fortalecer el comportamiento de estos niños en la sociedad, fomentando valores éticos, estéticos, morales y a su vez los prepare para la vida. Proponen hacer extensiva dicha propuesta ya que consideran que la misma debe tener gran nivel de aceptación, observándose en un futuro resultados satisfactorios.

Por último se resume que según los resultados obtenidos, se hace necesario emprender un plan de acciones deportivo-recreativas que incentiven a los niños a interesarse por la práctica del balonmano y de esta forma favorecer el proceso de masificación en nuestra disciplina específicamente en las primeras edades.

2.6- Instrumentación

Para la puesta en práctica del plan de acciones deportivo-recreativas, se hizo

necesario una adecuada coordinación y apoyo de los informantes claves e instituciones de la comunidad y del consejo popular “Hermanos Saíz”. Por lo que se realizó desde el 4 de octubre del 2010 y culminó el 31 de enero del 2011 del mismo año por lo que su tiempo de duración fue 3 meses (12 semanas). Responsables Dunierkis Povea (técnico de Deporte), Luis Piloto (subdirector de actividades deportivas del combinado) y Aimé Azcuy (jefe de cátedra de deportes). Una vez coordinadas y aseguradas las actividades a desarrollar en cada caso, se aplicó utilizando las indicaciones establecidas para el desarrollo del mismo. Además contó con una planificación específica para su realización, así como se tuvo presente un conjunto de aspectos organizativos, tales como: materiales, recursos e implementos necesarios, personal de apoyo, entre otros. Para el logro óptimo de los objetivos propuestos, se hizo necesario el control y evaluación de cada una de las actividades específicas que se desarrollaron, y recoger además el estado de aceptación de los participantes en ellas.

2.7- Resultados de la observación final

Después de aplicado el plan de acciones deportivo-recreativas, transcurridos 3 meses de su puesta en práctica, se realizó una observación (Ver anexo No. 2), con el objetivo de comprobar el desarrollo de la actividad durante la etapa con los grupos masivos de balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo “Hermanos Saíz” del municipio San Juan y Martínez. Esta permitió comparar el objeto de estudio antes y después del comienzo de la puesta en práctica del plan de acciones deportivo- recreativas, lo cual podemos constatar gráficamente en el (Anexo No. 3). Con respecto al ambiente general del área en cuanto a higiene y preparación, se pudo constatar la mejoría pues se cataloga de estimulante, algo favorable para el desarrollo de la actividad; con respecto a la preparación para el desarrollo de la parte principal de la actividad se pudo observar que la motivación de la actividad que no existía en el diagnóstico, en este segundo momento de la observación ya se aprecia de forma correcta, al igual que el acondicionamiento físico general no siendo así los materiales y medios utilizados que en esta momento son incorrectos por lo que se debe brindar atención a este aspecto.

Por otra parte se pudo observar que los entrenadores durante el desarrollo de la

actividad mantienen correctos modales y tono de voz al igual que en la primera observación, algo favorable para el desarrollo de la actividad, sin embargo algo alentador resulta la mejoría que se observa con respecto a otros elementos de gran significación como es la relación con los niños, la motivación y variabilidad en las actividades que se han comportado correctamente apreciándose un mejor proceso. Aunque la utilización de medios es pobre, el trabajo educativo mejora en comparación con la observación inicial, por lo que el profesor tiene que jugar un papel más creativo para el buen desempeño más efectivo de la actividad.

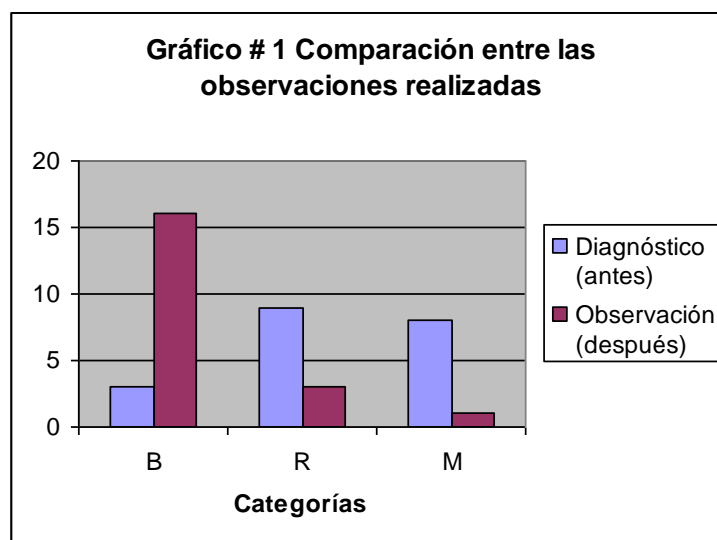
Acerca del actuar de los niños se aprecia que participan de forma más activa durante toda la actividad, mostrando satisfacción por la misma; además el comportamiento, la colaboración y ayuda entre los niños siempre es correcto, aunque la creatividad y el protagonismo demostrado por los mismos continua comportándose de forma irregular ya que se evidencia a veces, por lo que podemos decir que se debe profundizar en el actuar de los niños explotando el juego como actividad formadora de la personalidad del niño.

Durante la sesión final se mejora en relación al diagnóstico pues los parámetros que se observan como son la recuperación, el análisis de la actividad y el nexo de la misma son realizados correctamente por parte de los entrenadores, lo que afirma que se han estado cumplimentando las acciones propuestas.

Por último quisiera resumir que nuestra investigación la cual se desarrolla de forma pre experimental, ya se comienzan a observar algunos cambios en el fortalecimiento de su objeto de estudio y muestra de ello es que después de haber comenzado a utilizar el plan de acciones deportivas-recreativas de 20 aspectos que fueron observados en el diagnóstico 16 fueron mejorados después de 3 meses de aplicado el plan, para un 80 % de mejoría, 4 se comportaron de igual forma para un comportamiento de un 20 % de aspectos que no sufrieron modificación ni positiva , ni negativa. Por lo que podemos plantear que en la etapa pre experimental ya se comienzan a observar resultados que son alentadores para la futura validación de nuestra propuesta.

En el gráfico 1 permite hacer la comparación en cuanto a los resultados obtenidos en el diagnóstico inicial y los resultados después de 3 meses de la puesta en

práctica del plan de acciones deportivas-recreativas con vista a favorecer la masificación de la práctica del balonmano en la comunidad “Hermanos Saíz”. Para representar gráficamente estos resultados se clasificaron las 3 categorías que se miden en todos los aspectos como bien (B), mal (M) y regular(R), de esta forma se obtuvieron los siguientes resultados del combinado deportivo #5 del consejo popular “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez.



Se muestra que en el diagnóstico antes de aplicar el plan de acciones de los 20 aspectos observados 3 fueron evaluados de B, 9 de regular y 8 obtuvieron la evaluación de mal. Se observó una cierta mejoría con la puesta en práctica de dicha propuesta y muestra de ello es que en la segunda observación se alcanzaron 16 aspectos evaluados de B, 3 fueron de R y 1 solamente evaluado de M, por lo que de forma general podemos decir que hubo un fortalecimiento en el desarrollo de la actividad, lo que se reafirma al utilizar la dócima de proporciones, donde el valor de $p= 0,0002$, existiendo diferencias altamente significativas en los aspectos evaluados de B.

La aplicación del plan de acciones deportivo-recreativas tiene gran significado porque a través de este soluciona una problemática que es visible en la práctica de actividades deportivas hoy en día en las comunidades, además es una opción física y espiritual para que los niños ocupen su tiempo libre de la forma más creativa y sana posible.

CONCLUSIONES

1. Los antecedentes teóricos-metodológicos del proceso de masificación de la práctica de actividades deportivas se materializa a través de diferentes proyectos, los cuales establecen conceptos y líneas de trabajo para la efectividad del mismo, fundamentadas en Cuba, por el trabajo de la recreación, el deporte, la creación de escuelas especializadas e instalaciones deportivas así como otras medidas y planes puestos en práctica que permiten la incorporación de los niños a las actividades deportivas-recreativas en su tiempo libre.
2. A nivel comunitario se constató un debilitamiento por la práctica de actividades deportivas en edades tempranas, específicamente en la masificación de la práctica del balonmano en los niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 de la comunidad “Hermanos Saíz”, municipio San Juan y Martínez, debido especialmente a que no cuentan con programas o guías metodológicas para el trabajo, además no aprovechar los espacios e instalaciones para su realización.
3. El plan de acciones deportivo-recreativas que se elabora para favorecer la masificación de la práctica del balonmano desde el punto de vista teórico-práctico tiene bien definido su intencionalidad, usuario, indicaciones metodológicas, dimensiones y acciones cumpliendo con los principios de flexibilidad y adaptabilidad para hacer más objetivo su puesta en práctica en el contexto comunitario.
4. La efectividad del plan de acciones deportivo-recreativas elaborado se sustenta en que al aplicarse se mejoran la mayoría de los aspectos evaluados en la observación en relación al papel del entrenador en el desarrollo de la masividad por la práctica del balonmano, considerando las valoraciones de los especialistas que precisan lo novedoso y lo creativo que resulta su materialización en la comunidad “Hermanos Saíz”, además de las posibilidades que brinda el mismo de ser modificado o adaptado a diferentes contextos.

RECOMENDACIONES

1. Continuar aplicando el plan de acciones deportivo-recreativas en los niños de la muestra de esta investigación ya que la misma constituyó una de las formas de incrementar la satisfacción espiritual, valores éticos, estéticos y morales así como el mejoramiento de la salud.
2. Hacer extensiva esta propuesta a niños de otras edades y grupos de la comunidad así como a otros deportes, pudiendo modificarla o adaptarla a condiciones reales que propicien su puesta en práctica.

BIBLIOGRAFÍA

1. Arias H. H. (1995). La comunidad y su estudio.--La Habana: Editorial Pueblo y Educación. --134p.
2. Albarrán, M. A. (1993). Tres opciones académicas de la formación profesional en recreación educativa. En: Asociación de Educación Física y Recreación de Puerto Rico (Eds.). Muévete y Vive...Saludable. 39. Convención Anual.
3. Alonso T J. (1992). Motivar en la adolescencia. Teoría y Evaluación e Intervención.-- Universidad Autónoma de Madrid: España.
4. Andrade de Melo. V. y De Drummond, E. (2003).Introducción al ocio. Editora Menole Ltda., Barueri Brasil.
5. Artazcoz, Maria M. y OSSA, Andrés. (2002). Algunos aportes de la recreación dirigida para la construcción de la convivencia y la paz. Ponencia VII Congreso Nacional de Recreación. II Encuentro Latinoamericano de Recreación y Tiempo Libre ELAREL. <http://www.funlibre.org>.
6. Avendaño, R. M. (1988). Una escuela Diferente.-- La Habana: Editorial Pueblo y Educación.
7. Barrios, J. (1995) Manual para el deporte de iniciación y desarrollo / Joaquín Barrios, Alfredo Ranzola. Habana: Editorial Deportes.
8. Bermúdez S, R. Teoría y Metodología del Aprendizaje/ Rogelio Bermúdez, Marisela Rodríguez.--La habana: Editorial pueblo y educación, 1996.
9. Betancourt M, J. Pensar y crear. (1997). Educar para el cambio.-- La Habana: Editorial Academia.
10. Brunner (1972). Libro de recreación. Pérez Acosta Aldo. G 52p
11. Butler, G. (1963). Principios y Métodos de recreación para la comunidad. Editorial Gráfica Omeba, Buenos Aires.
12. Cagigal, J M. (1971). "Ocio y deporte en nuestro tiempo". citius, altius, fortius.- tomo XIII, Fascículo 1-4: 79-119.
13. Cagigal, Elkonin, Huisin Hizinga Johan. (1990). Libro de recreación. Fundamentos teóricos metodológicos ISCF "Manuel Fajardo", C. Habana/ Cuba. 131-142p
14. Camerino, O. y Castañer, M. (1988). "1001 ejercicios y juegos de recreación". Barcelona. Paidotribo.
15. Camerino F, O. (2000). Deporte recreativo (pp. 7-19). España: INDE Publicaciones.
16. Caivano, F. (1987). El ocio. En toni puig (drto) cultura y ocio. Estudio de Project Jove de Barcelona, Ayuntamiento, pp.373-389.
17. Casals, N. (2000). La recreación y sus efectos en espacios peri urbanos.
18. Castro, F. (1991). Discurso clausura del VI Fórum nacional de Ciencia y Técnica.--La Habana, diciembre 1991.
19. Cervantes, J. L. (1992). Programación de actividades recreativas. Ed. Mungía y Hnos, México. - recursos técnicas -operativos para la administración de programas, Conade, México, 1989.

20. CITMA. (1996). Proyecto de trabajo comunitario integrado. -- La Habana.
21. Cuétara L, R. (1999). Didáctica de los estudios locales/ Ramón Cuétara López, Pedro Hernández Herrera. -- La Habana: Pedagogía '99.
22. Cuenca, M. (2000). Aspectos del ocio en la actualidad. Bilbao: Ed. Universidad de Deusto.
23. Cutrera, J. C. (1987). Técnicas de recreación. Ed. Stadium. Buenos Aires.
24. COLL, César; Colomina, Rosa (1990). "Interacción entre alumnos y aprendizaje escolar". En C. Coll; J. Palacios y A. Marchesi (Eds.). Desarrollo, Psicología y Educación Vol I y II. Ed. Alianza, Madrid.
25. Constitución de la República de Cuba, Código Civil, Ley No. 59, Artículos 22 y 24.
26. Daltel. W (1976). Juegos recreativos. Berlín. Editorial Tribore.-136p.
27. Danfor, H. (1966). Planes de recreación para la comunidad moderna. Ed. Gráfica Omeba. Buenos Aires.
28. Declaración de los Derechos Humanos, Asamblea General de las Naciones Unidas, Artículo 52.
29. Díaz, H, J, R. (2009). Plan de acciones deportivas-recreativas para favorecer la masificación de la práctica del Voleibol en niños de 8-10 años de la escuela comunitaria Ceferino González, del Municipio Pinar Del Río. Tesis presentada en opción al grado científico de Máster en Actividad física en la comunidad. Pinar del Río. FCF. "Nancy Uranga Romagoza".
30. Dirección Nacional Recreación Del INDER (2000-2003). "Documentos rectores de la recreación física en cuba". La Habana, Cuba.
31. Diccionario de sinónimos y antónimos.- Océano. S A.- Barcelona, 1998.
32. Dumazedier, J. (1964). Hacia una civilización del ocio. Ed. Estela Barcelona. (1975). sociología empírica del ocio. Ed. nacional. Madrid.
33. Dumazedier, J. (1971). Realidades del ocio e ideologías. En J. Dumazedier y otros, Ocio y sociedad de clases. Barcelona: Fontanella.
34. Dumazedier, J. (1988). Revolution culturelle du temps libre. Paris: Meridiens Klincksieck.
35. Educación Superior, Colectivo De Autores(1999): "Temáticas gerenciales cubanas" (Ciudad de la Habana, Cuba.
36. Forcade Rivalta, L (2008). Selección de textos balonmano. Ed. Deportes
37. Fuentes, Núñez, R. (2001). Tiempo libre. España. Revista digital, Ef deportes.
38. Gabuelsen, A. y Holtzer, C. (1971). Educación al aire libre. Ed. Troquel, Buenos Aire.
39. García F, M. 1995. Tiempo libre y actividades deportivas de la juventud en España. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales. Instituto de la Juventud.
40. García Montes, M. E. (1996). "Planificación de actividades para el recreo y el ocio" (Apuntes de la asignatura). Granada.
41. García, M., Hernández, A. y Santana, O. (1982) "Los estudios del presupuesto de tiempo de la población y sus aplicaciones". En investigaciones científicas de la demanda en Cuba. Editorial Orbe, La Habana.

42. Gaceta Oficial (25 de Febrero de 1988). DECRETO Numero 140/1988. Sobre el régimen de participación deportiva.
43. Gutemberg, E. (1994). Planificación social y gestión de la comunidad. Madrid: Ed. Popular.
44. Herminia, W, B. (2008). Teoría y práctica de los juegos. Ed. Deportes.
45. Hernández Mendo, A. (2000). Psicología de la evaluación de programas de actividad física: el uso de indicadores. Revista Digital Educación Física y Deportes (arg). 5 (18): 1-15, Febrero. (Consulta: 22 diciembre 2002).
46. Hernández L, A, P. Folleto de balonmano. 3p
47. Hernández V, M. Y Gallardo L. (1994). "Marco conceptual: las actividades deportivo-recreativas." En Apuntes De educación física. 37: 58-67 Barcelona. Inefc
48. Internet "<http://es.wikipedia.org/wiki/satisfacci%C3%B3n>"
49. Internet "<http://es.wikipedia.org/wiki/Juventud>"
50. Internet "www.callidad.org"
51. Internet "www.clubcalidad.org"
52. Internet "www.competividad.net"
53. Internet "www.deming.org"
54. María Elisa Sánchez Costa y Matilde González García. (2004). Psicología General y del Desarrollo. La Habana: Deportes.
55. Martínez del castillo, J. (1986). "Actividades físicas y recreación. Nuevas necesidades, nuevas políticas" en Apuntes De educación física. 4: 9-17. Barcelona. INEFC.
56. Martínez G, M. (1995). Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas. Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
57. Martínez G, M. (1995). "Educación del ocio y el tiempo libre con actividades física alternativas". Madrid. Librerías deportivas Esteban Sanz.
58. Mayo, M, M, J. Estudio sobre la selección de talentos deportivos en el balonmano de la categoría 13-14 sexo femenino y masculino de la EIDE. Holguín
59. Medina, Verdú. (1987). Libro de recreación. Fundamentos teóricos metodológicos ISCF "Manuel Fajardo", C. Habana/ Cuba. 87p
60. Memorias Dimensión social del deporte y la recreación públicos: Un enfoque de derechos. Instituto de deportes y recreación INDER Medellín. Medellín, 12 y 13 de mayo.
61. Mesa, G. (1993) La recreación dirigida – juego, arte o pedagogía. Documentos Universidad del Valle.
62. Mesa, G. (1999) La Recreación: Algo más que volver a hacer. Documentos Universidad del Valle.
63. Mesa, G. (1997) La recreación dirigida como proceso educativo. Tesis doctoral, Universidad de Barcelona España.

64. Moreira, R. (1977). La recreación un fenómeno socio-cultural. Impresora José A. Huelga. La Habana, Cuba.
65. Nieldospasova, V.A. (1972). Editorial planeta. Moscú. Editorial Pueblo y Educación, C. Habana/Cuba. 125-172p.
66. Nieldospasova, V.A. (1992). Editorial planeta. Moscú. Editorial Pueblo y Educación, C. Habana/Cuba. 169-187p
67. Santana, J. L. (2001) Deporte Sostenible. / ISCF "Manuel Fajardo", Facultad de Villa Clara: 2001.- 20 p.
68. Laloup, J. y otros. (1969). El problema del tiempo libre. Ed. Nacional, Madrid.
69. Lares. A. (1968). Recreación del tiempo libre. Venezuela Departamento Extensión cultural. División de recreación dirigida al consejo venezolano del niño.
70. Leontiev, A.N. Actividad, Conciencia Personalidad / Alexei N. Leontiev. – La Habana: Editorial Pueblo y Educación, 1981. – p.
71. López A, B. (1982). Tiempo libre y educación. Madrid. Escuela española.
72. Lopategui C, E. (2006). Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons. 580 pp.
73. Lopategui C, E. (2006). Experiencias de Laboratorio: Bienestar y Calidad de Vida. New Jersey: John Wiley & Sons. 282 pp.
74. Oliveras, r. (1996) "El planeamiento comunitario. metodologías y estrategias". Grupo para el desarrollo integral de la capital, La Habana.
75. Orlieck, Terry. (1900). Fundamentos teóricos metodológicos ISCF "Manuel Fajardo", C. Habana/ Cuba. 53p
76. Osorio. E. (2001). Enfoques y perspectivas de crecimiento y desarrollo de la investigación en recreación. Funlibre, Colombia.
77. Ossa, Andrés (2002) Lúdica y Salud. Conferencia presentada a los estudiantes de la especialización en medicina familiar, Universidad del Valle, Facultad de Medicina. Documentos Universidad del Valle.
78. Ossa, Andrés (2002) "Construcción de nuevos significados y sentidos en torno a la convivencia y la participación a través de la narrativa y de los juegos dramáticos". Trabajo de grado para optar al título de Profesional en Recreación. Documentos Universidad del Valle.
79. Papis, O. 1999. El deporte y la recreación del siglo XXI. Revista Digital de Educación Física y Deportes (Arg) 4 (13), 1-4, marzo. (consulta: 29 enero 2003).
80. Pastor P, J. L. (1979). "Importancia y valoración de la educación física y de los deportes en la recreación" (congreso I.C.H.P.E.R., KIEL, del 23 al 28 de julio de 1979). Revista Deporte 2000, diciembre, no 114: 79-81.
81. Pérez, G. (1988). El ocio y el tiempo libre: ámbitos privilegiados de educación. En: comunidad educativa, mayo, 6-9.
82. Pérez R, G y col. (1996). Metodología de la investigación educacional. Primera parte. La habana, Editorial Pueblo y Educación.

83. Pérez S, A. (2005). Recreación. Fundamentos teórico metodológicos capítulo I.
84. Pérez S, A (2002). Tiempo. Tiempo libre y recreación y su relación con la calidad de vida y el desarrollo individual. En V Congreso de Latinoamérica de Tiempo Libre y Recreación.
85. Pedraz, M. V. (1988): Teoría pedagógica de la actividad física. Madrid, Gymnos. p 5
86. Pieron M. (1988). Didáctica de las actividades físicas y deportivas. Madrid: Gymnos.
87. Proveyer, C. (2000). Selección de lecturas de trabajo social comunitario/ Clotilde Proveyer Cervantes (et all). -- La habana: curso de formación de trabajadores sociales.--168p.
88. Rusell, Alnolf. (1923). Fundamentos teóricos metodológicos ISCF. "Manuel Fajardo". C. Habana/ Cuba. 64p
89. Ruiz, R. (1988). El deporte de hoy. Realidades y perspectivas. La Habana, Cuba.
90. Tabares, F, (2005). Ocio, recreación y desarrollo humano. Memorias VI Congreso Departamental de Recreación. Medellín, mayo 5, 6 y 7 de 2005.
91. Tabares, F. (2005). Dimensión social del deporte y la recreación. Jornadas de Trabajo Aprender Jugando. La lúdica como mediación de la enseñanza y el aprendizaje. Instituto Deportes y Recreación INDER Medellín – Asociación de Institutores de Antioquia – Escuela del Maestro. Medellín 26 y 27 de agosto de 2005.
92. Torres, I, J, I. Juegos motivacionales para mejorar el accionar del sistema defensivo hombre-hombre en los practicantes de balonmano categoría 10-12 años combinado deportivo # 1, municipio San Luis.
93. Valdés, V, L. (2011). Plan de actividades físico-deportivas para contribuir a la masificación del fútbol con los adolescentes de 10 a 14 años del Reparto "Raúl Sánchez" de Pinar del Río. Tesis presentada en opción al grado científico de Máster en Actividad física en la comunidad. Pinar del Río. FCF. "Nancy Uranga Romagoza".
94. Vigotsky, Lev S. (1936) El Desarrollo de los Procesos Psicológicos Superiores. Ed. Crítica, Barcelona.
95. Zamora, R y García, M. (1986). Sociología del tiempo libre y los estudios de consumo de la población. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
96. Zapata, A. Oscar. (1968). Fundamentos teóricos metodológicos de la recreación ISCF. "Manuel Fajardo". C. Habana/ Cuba. 73p.
97. Zaporozhete, A.V. (1989). Editorial planeta. Moscú. Editorial Pueblo y Educación La Habana Cuba. 56-67p

Anexo 1

Guía de observación

Objetivo: valorar el comportamiento de la masividad de la práctica del balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo # 5 "Hermanos Saíz", municipio San Juan y Martínez.

Fecha: Lunes 4/10/2010.

Aspectos a observar en la guía de observación

1-) El ambiente general del área de trabajo en cuanto a preparación e higiene:

_____ Estimulante _____ deprimente X Normal.

2- Preparación para el desarrollo de la parte principal de la actividad.			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	No existe
Motivación de la actividad			X
Acondicionamiento físico general		X	
Materiales y medios disponibles		X	
3- En los entrenadores durante el desarrollo de la actividad se aprecia			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	Pobre
Modales	X		
Tono de voz	X		
Relación con los niños			X
Motivación		X	
Utilización de medios			X
Variabilidad en las actividades			X
Trabajo educativo			X
4- En los niños durante el desarrollo de la actividad se aprecia:			
Aspectos	Siempre	A veces	Nunca
Participación de forma activa		X	
Se comportan correctamente	X		
Se ayudan entre sí		X	
Muestran satisfacción		X	
Creativos		X	
Protagonismo		X	
5- En la parte final de la actividad de la masividad se puede apreciar:			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	No existe
Recuperación			X
Análisis de la actividad			X
Nexo con la próxima actividad			X

Anexo 2

Guía de observación

Objetivo: comprobar el desarrollo de la actividad durante la etapa con los grupos masivos de balonmano en niños de 9-11 años del combinado deportivo "Hermanos Saíz", municipio San Juan y Martínez.

Fecha: Lunes 31/01/2011.

Aspectos a observar en la guía de observación

1-) El ambiente general del área de trabajo en cuanto a preparación e higiene:

 X Estimulante _____ deprimente _____ Normal.

2- Preparación para el desarrollo de la parte principal de la actividad.			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	No existe
Motivación de la actividad	X		
Acondicionamiento físico general	X		

Materiales y medios disponibles		X	
3- En los entrenadores durante el desarrollo de la actividad se aprecia			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	Pobre
Modales	X		
Tono de voz	X		
Relación con los niños	X		
Motivación	X		
Utilización de medios			X
Variabilidad en las actividades	X		
Trabajo educativo	X		
4- En los niños durante el desarrollo de la actividad se aprecia			
Aspectos	Siempre	A veces	Nunca
Participación de forma activa	X		
Se comportan correctamente	X		
Se ayudan entre sí	X		
Muestran satisfacción	X		
Creativos		X	
Protagonismo		X	
5- En la parte final de la actividad de la masividad se puede apreciar:			
Aspectos	Correcta	Incorrecta	No existe
Recuperación	X		
Análisis de la actividad	X		
Nexo con la próxima actividad	X		

Anexo 3

Comparación de los resultados de la observación

Tabla 1

Evaluaciones	Cantidad		%	
	Inicio	Final	Inicio	Final
B	3	16	15	80
R	9	3	45	15
M	8	1	40	5

Indicadores cualitativos de la observación.

B- Correcta, Estimulante.

R- Incorrecta, Normal, A veces.

M- No existe, Nunca, Deprimente.

Anexo 4

Encuesta a entrenadores

Estimado profesor:

Sus criterios, ideas y experiencias nos pueden ser de gran utilidad para la materialización de nuestro trabajo encaminado a favorecer la masificación de la práctica del balonmano en la categoría 9-11 años en la comunidad, por lo que necesitamos su más sincera colaboración y de esta forma confiarle que sus criterios quedarán en el anonimato.

Cuestionario

1-¿Cuántos años de experiencia tiene usted como profesor en el combinado deportivo?

_____ 1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 o más años.

2-¿Es graduado en deportes de nivel?

_____ Habilitado _____ Nivel medio _____ Licenciado

3-¿Por cuántos años ha desarrollado su labor como entrenador de balonmano?

_____ 1 _____ 2 _____ 3 o más años.

4-¿Cómo evalúa usted la masividad por la práctica del balonmano en su comunidad?

_____ Buena _____ Mala _____ Regular

¿Por qué? _____

5-¿A su criterio la masividad en edades tempranas es imprescindible para alcanzar un resultado satisfactorio en el desarrollo del balonmano?

_____ Si _____ No _____ Quizás

6-¿Conoce usted los aspectos fundamentales que rigen el trabajo de los grupos masivos en las áreas deportivas orientados en la resolución No 44/2002 referente al perfeccionamiento de la planificación del fondo del tiempo libre?

_____ Si _____ No _____ Algunas cosas

7-¿Cuántos niños deben tener cada técnico en el desarrollo de la masividad por la práctica del balonmano en su escuela comunitaria?

Hasta: _____ 10 _____ 16 _____ 24 _____ 32 _____ 36 ó más.

8-¿Con cuántos niños trabaja usted su (sus) turno(s) de masividad y con qué frecuencia semanal lo realiza? _____ Cantidad de niños _____ Días a la semana

9-¿Planifica usted las actividades para su turno de masividad?

_____ Si _____ No _____ A veces

Mencione algunas actividades que se realizan

10-¿Sus jefes inmediatos les exigen la planificación de las actividades a impartir en los turnos clases de masividad? _____ Si _____ No _____ A veces

11-¿Ordene prioritariamente los objetivos que usted persigue lograr en los niños de su comunidad con la impartición de sus clases de masividad en su combinado deportivo?

_____ Salud

_____ Satisfacción espiritual

_____ Formar valores

_____ Enseñanza de la técnica del balonmano

_____ Mejorar las relaciones interpersonales

_____ Proceso de selección de talentos

_____ Conocimiento de las reglas del juego

_____ Jugar balonmano

_____ Desarrollo de capacidades físicas condicionales

_____ Elevar la calidad de vida

_____ Ofrecerles una opción más de practicar deportes.

12-¿Considera usted necesario la elaboración de un plan de acciones deportivo-recreativas que favorezcan la masificación de la práctica del balonmano en los niños de 9-11 años en la comunidad? _____ Si _____ No _____ Quizás

¿Qué aspectos o condiciones se deben tener presente para su elaboración?

Anexo 5 Tabla 1. Resultado de la encuesta a entrenadores

ASPECTOS DE LAS PREGUNTAS	RESPUESTAS	%
1-Años de Experiencia		
1		
2	1	25
3	1	25
4	1	25
5 o más	1	25
2-Nivel Profesional		
Habilitado		
Nivel Medio		
Licenciado	4	100

3-Años como entrenador		
1		
2	1	25
3 o más	3	75
4-Evaluación de la masividad		
Buena		
Mala	4	100
Regular		
5-Importancia de la masividad		
Si	4	100
No		
Quizás		
6-Conocimiento sobre aspectos fundamentales que rigen la masividad		
Si	1	25
No		
Algunas cosas	3	75
7-Cantidad de niños por técnicos		
10		
16	1	25
24	1	25
32	2	50
36 o más		
8-Planificación de las actividades		
Si	1	25
No		
A veces	3	75
9-Prioridad de los objetivos		
Salud	2	50
Satisfacción espiritual		
Formar valores	1	25
Enseñanza de la técnica del balonmano	1	25
Mejorar las relaciones interpersonales		
Proceso de selección de talento	1	25
Conocimiento de las reglas del juego		
Jugar balonmano	2	50
Desarrollo de capacidades físicas	2	50
Elevar la calidad de vida		
Ofrecerles una opción más de practicar deportes.		
10-Necesidad de elaborar un plan de actividades físico-recreativas.		
Si	4	100
No		
Quizás		

Anexo 6

Encuesta para niños

Nos dirigimos a ti, porque queremos realizar una serie de actividades deportivo-recreativas (juegos) en tu tiempo libre y de esta forma conocer cuáles son las que más tú deseas para

compartir con tus amiguitos en la clase con el profesor de balonmano, por lo que necesito que me responda las siguientes preguntas:

- 1-) ¿Cuántos años tienes? _____ Años.
- 2-) ¿Te gusta estar en la escuela? _____ Si _____ No _____ A veces
- 3-) ¿Que es lo que más te gusta hacer en la escuela?
_____ Jugar _____ Conversar con otros niños _____ Estudiar _____ Atender a clases.
- 4-) ¿Qué te gusta hacer cuando regresas de la escuela?
_____ Ver TV _____ Hacer tareas escolares _____ Jugar _____ Ayudar a tus padres.
prefieres? _____ Ajedrez _____ Atletismo _____ Lucha _____ Béisbol _____ Balonmano _____ Otros.
- 5-) ¿Cuándo juegas, donde lo prefieres?
_____ En la calle. _____ En el parqueo. _____ Terreno del combinado deportivo.
- 6-) ¿Qué deportes
- 7-) ¿Te gustaría ir al balonmano en la semana?
_____ 2 días _____ 3 días _____ 4 días _____ Todos los días.
- 8-) ¿Qué prefieres hacer cuando llegas al balonmano?
_____ Competencias de carrera _____ Ejercicios de pase y recibo.
_____ Jugar balonmano _____ Planchas _____ Juegos sentados
- 9-) ¿Qué otras actividades recreativas prefieres realizar en tu tiempo libre?

Anexo 7

Tabla 2. Resultados de la encuesta a los niños

ASPECTOS DE LAS PREGUNTAS	RESPUESTAS	%
1- Edad		
9 años	10	41,7
10 años	12	50
11 años	2	8,3
2- Si le gusta estar en la escuela		
Si	19	79,2
No	2	8,3
A veces	3	12,5
3- Lo que más le gusta hacer en la escuela		
Jugar	10	41,7
Conversar con otros niños	1	4,2
Estudiar	2	8,3
Atender a clases	11	45,8
4- Lo que más le gusta hacer al llegar a casa		
Ver TV	5	20,8
Hacer Tareas escolares	1	4,2
Jugar	17	70,8
Ayudar a tus padres	1	4,2
5- Donde Juegan		
En la calle	2	8,3
En el parqueo	3	12,5
Terreno del combinado deportivo	19	79,2
6-Deportes que prefieren		

Ajedrez		
Atletismo		
Lucha		
Béisbol	5	20,8
Balonmano	14	58,4
Otros	5	20,8
7- Si le gusta ir al balonmano en la semana		
2 días		
3 días		
4 días	2	8,3
todos los días	22	91,7
8- Lo que prefiere hacer cuando llega al balonmano		
Competencias de carrera	10	41,7
Ejercicios de pase y tiro a la portería	3	12,5
Jugar balonmano	10	41,7
Planchas	1	4,2
Juegos sentados	1	4,2
9- Otras actividades que prefiere realizar en su tiempo libre.		
Practicar béisbol	5	20,8
Jugar fútbol	4	16,7
Jugar Baloncesto	1	4,2
Actividades recreativas	7	29,2
Practicar balonmano	7	29,2

Anexo 8

Entrevista a informantes claves

Objetivo: identificar los aspectos fundamentales sobre el comportamiento del trabajo de la masividad de la práctica de actividades deportivas en la comunidad.

Nombre: _____

Centro de trabajo: _____

Años de experiencia laboral: _____

Cargo que ocupa: _____

1-) Comente acerca del tiempo y sus experiencias acumuladas en el cargo que desempeña actualmente en el combinado deportivo.

2-) Explique brevemente los lineamientos fundamentales que regulan u orientan el trabajo de sus técnicos con sus grupos masivos.

3-) ¿Qué importancia le concede usted al trabajo de los grupos masivos en el combinado deportivo en las primeras edades?

4-) ¿Que elementos tiene usted presente para controlar el trabajo de sus técnicos deportivos con los grupos de masividad?

5-) A su juicio, ¿Qué aspectos, causas o factores contribuyen al fortalecimiento y al debilitamiento de la masificación por la práctica deportiva en los niños de su comunidad?

6-) ¿Cómo consideras el comportamiento de la masificación por la práctica deportiva en el combinado deportivo? Argumente su criterio.

7-) ¿Haga un breve comentario acerca de la relación del combinado deportivo con entidades, dirigentes del consejo popular y miembros de la comunidad?

8-) ¿Considera usted necesario la elaboración de un plan de acciones deportivo- recreativas que contribuyan al fortalecimiento de la masificación por la práctica del balonmano en niños de 9-11 años en la comunidad? Justifique.

Anexo No. 9

DECRETO Número 140/1988 Sobre el régimen de participación deportiva Gaceta Oficial 25 de febrero de 1988

POR CUANTO: Los acuerdos y resoluciones de los congresos del Partido Comunista de Cuba referentes a la política educacional, los artículos de la Constitución de la República que consagran el deporte como un derecho de todos los ciudadanos, el Código de la Niñez y la Juventud en los aspectos vinculados con el deporte, así como los resultados del estudio sobre el régimen de participación deportiva, aconsejan que dicho régimen se mantenga centralizado en el Instituto de Deportes, Educación Física y Recreación, tal como lo disponen los artículos 52 y 85 del Decreto- ley 67, de 19 de abril de 1983.

POR CUANTO: La valoración de las experiencias acumuladas en el desarrollo de la actividad deportiva en nuestro país reafirman los principios fundamentales en que ésta se ha basado, especialmente los referentes a la conjugación de la representación por territorios e instituciones.

POR CUANTO: Las formas organizativas del sistema de competencias han tenido una importancia especial en lo atinente a la participación de los equipos campeones y las selecciones de los deportes colectivos para garantizar que los mejores valores continúen su desarrollo deportivo, y unido a esto asegurar que las selecciones contribuyan a elevar el nivel cualitativo del deporte y promuevan la integración, en un mismo equipo, de estudiantes, trabajadores, campesinos, militares y otros.

POR CUANTO: El logro de la masividad en el deporte es resultado del proceso sistemático de participación popular, cuyo objetivo fundamental es el desarrollo de las capacidades físicas y mentales de los individuos y el fortalecimiento de su salud mediante la incorporación del pueblo a las actividades programadas, lo cual debe promover el régimen de participación deportiva.

POR CUANTO: Los resultados de la aplicación del Decreto 51, de 20 de octubre de 1979, "Sobre el régimen de participación deportiva", han llevado a enriquecer la propia concepción del sistema, y mostrado la necesidad de perfeccionar las regulaciones vigentes, para ponerlas a tono con las nuevas exigencias del desarrollo deportivo nacional y el nivel del deporte mundial.

POR TANTO: El Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, en uso de las facultades que le han sido conferidas, decreta lo siguiente:

SOBRE EL REGIMEN DE PARTICIPACIÓN DEPORTIVA

CAPITULO I Generalidades

ARTÍCULO 1.- El régimen de participación deportiva que por este Decreto se establece es el conjunto de normas que regulará la política de desarrollo de las actividades deportivas en todas sus manifestaciones, las cuales deberán promover la incorporación masiva de la población a la práctica del deporte, para su educación, salud y bienestar.

ARTÍCULO 2.- El perfeccionamiento del régimen de participación deportiva tiene, entre sus propósitos fundamentales, promover y canalizar la participación masiva y sistemática del pueblo, y en especial de los escolares, en el deporte, la cultura física y la recreación. El estímulo permanente, el desarrollo de las tradiciones deportivas locales, el uso de áreas e instalaciones rústicas y la organización informal de equipos y actividades, constituirán un sólido pilar para el desarrollo de la cultura física y la garantía de una amplia cantera de nuevos talentos deportivos.

ARTÍCULO 3.- Al Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación corresponderá la planificación y el establecimiento de los índices de crecimiento de la participación física de la población en las actividades deportivas, así como la determinación de las bases técnicas y metodológicas para su ejecución, y el control de sus resultados en todo el país.

ARTÍCULO 4.- Los órganos locales del Poder Popular en las instancias provinciales y municipales, mediante las direcciones de Deportes, aplicarán las directivas nacionales establecidas para la organización en el trabajo del deporte, con el fin de garantizar el desarrollo de los planes con la mayor eficiencia.

ARTÍCULO 5.- Los ministerios de Educación, Educación Superior, de las Fuerzas Armadas Revolucionarias, de Salud Pública y cuantos más organismos sea conveniente, recogerán y adecuarán las disposiciones del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación, de acuerdo a sus características, con el objetivo de aplicar los planes deportivos a sus dependencias subordinadas, mediante lo cual promuevan y canalicen la participación de sus miembros en el movimiento deportivo nacional.

ARTÍCULO 6.- El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación recabará la cooperación más amplia de los sindicatos mediante la Central de Trabajadores de Cuba, así como de

la Federación de Mujeres Cubanas, los Comité de Defensa de la Revolución y la Asociación Nacional de Agricultores Pequeños, con el fin de garantizar el desarrollo de los planes deportivos a través de la participación masiva y sistemática de sus miembros en las actividades que se programen.

Asimismo recabará de la Unión de Jóvenes Comunistas, la Federación Estudiantil Universitaria, la Federación de Estudiantes de Enseñanza Media, la Organización de Pioneros José Martí y la Sociedad de Enseñanza Patriótico-Militar su colaboración para lograr los objetivos propuestos en el desarrollo e impulso del movimiento deportivo.

CAPITULO II De las actividades que conforman el régimen de participación deportiva

ARTÍCULO 7.- La programación deportiva quedará oficializada anualmente mediante el calendario deportivo nacional, que será conformado con las actividades que programen el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación y los distintos organismos, órganos y organizaciones del país.

El calendario deportivo nacional agrupará sus actividades en dos vertientes fundamentales: las del calendario deportivo general y las del calendario deportivo especial.

ARTÍCULO 8.- Las actividades que integrarán el calendario deportivo general serán las siguientes:

- Los juegos deportivos escolares de alto rendimiento, que se celebrarán todos los años desde la base hasta la etapa nacional, durante las vacaciones de los estudiantes.

Como parte de la preparación para los eventos, se organizarán los topes Inter-EIDE.

- Las espartaquíadas escolares de verano, que se celebrarán todos los años según niveles de enseñanza, desde la instancia de intramuros hasta la municipal, con la particularidad de que cada año, en forma rotativa, uno de los tres niveles las continuará en los niveles provinciales y nacionales. Las competencias se organizarán con los deportes incluidos en los programas escolares de educación física, a los cuales se les incorporarán los deportes de características masivas, como son el ajedrez y el tenis de mesa.

- Los campeonatos por deportes de las categorías juveniles, desde la base hasta la etapa nacional, que se celebrarán anualmente.

- Los campeonatos por deportes de las primeras categorías, desde la base hasta la etapa nacional, que se celebrarán anualmente.

- Los campeonatos de las segundas categorías, que se desarrollarán todos los años desde la base hasta el nivel municipal. Se permitirá que las provincias, con autorización previa de la instancia nacional, según la estrategia que se establezca para la priorización y desarrollo de los deportes, extiendan las competencias hasta la etapa provincial.

ARTÍCULO 9.- Las actividades que integrarán el calendario deportivo especial serán las siguientes:

- Los eventos del calendario deportivo universitario, que se organizarán de acuerdo con la frecuencia y deportes que determine el Ministerio de Educación Superior, en coordinación con la Federación Estudiantil Universitaria, el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación, y los demás organismos con centros de educación superior directamente subordinados.

- Los campeonatos y festivales deportivos, organizados por los ministerios de las Fuerzas Armadas Revolucionarias, del Interior, la Asociación Nacional de Agricultores Pequeños y la Sociedad de Educación Patriótico-Militar, de acuerdo con la frecuencia y deportes que determinen dichos organismos y organizaciones.

- Los juegos deportivos de los trabajadores, cuya etapa nacional se celebrará cada cuatro años.

- El festival deportivo de montañas, que se celebrará hasta el nivel municipal todos los años, y cada dos años con carácter provincial.

- Las actividades deportivas, torneos o campeonatos que propongan los órganos, organismos y organizaciones y que no formen parte de la programación ya elaborada.

- Las actividades convocadas para conmemorar el Día de la Cultura Física y el Deporte.

CAPITULO III Del sistema de competencias, grupo de edades y categorías

ARTICULO 10.- El régimen de participación deportiva se basará en un sistema armónico de confrontación de atletas y equipos representativos de los distintos territorios, organismos, órganos e instituciones que representen a todos los sectores de nuestra sociedad, y que deberá tener su iniciación en la práctica masiva en cuadras, barrios, fábricas, escuelas y unidades militares, como base para la conformación de los equipos representativos en la fase competitiva del deporte.

ARTÍCULO 11.- Los territorios, organismos, órganos e instituciones estarán representados en las competencias de base por los atletas y equipos organizados por ellos

ARTÍCULO 12.- El sistema de competencias abarcará, desde el punto de vista organizativo, dos grandes vertientes: el deporte para niños y jóvenes, denominado deporte escolar, y el deporte para la población adulta, a partir de los 16 años, que se denominará deporte social.

ARTÍCULO 13.- En el deporte social participarán los centros de trabajo, unidades militares,

universidades, escuelas, círculos sociales y otras entidades, según lo regulado en el calendario deportivo nacional y de acuerdo con lo establecido en este Decreto.

ARTÍCULO 14.- En el deporte social, los equipos ganadores en las competencias de base se mantendrán con sus nombres en las etapas municipal y provincial. En ambos casos, de acuerdo con las características del territorio, se podrá organizar para que participe junto con el equipo campeón una selección de atletas de los equipos perdedores. En los deportes de ejecución individual se promoverán los mejores valores desde la base hasta la nación.

ARTÍCULO 15.- La promoción del deporte social, en la etapa nacional, en los deportes colectivos, se llevará adelante sobre la base de un equipo formado mediante una selección de los participantes en la etapa provincial, el cual representará al territorio, organismo, órgano u organización en la competencia nacional.

ARTÍCULO 16.- Para el deporte social se establecerán las siguientes categorías:

Primera Categoría: Será el nivel cualitativo más alto del deporte social, y estarán en ella todos los deportistas que cumplan las marcas, tiempos y normas técnicas que, mediante convocatorias, se establezcan para cada uno de los deportes comprendidos en el calendario deportivo nacional.

Segunda Categoría: Será la de mayor masividad, por cuanto agrupará a todos los atletas egresados de la categoría juvenil que no hayan cumplido las normas de la Primera Categoría.

Categoría Juvenil: Será una etapa de transición para los atletas comprendidos entre 16 y 20 años. El atleta una vez cumplidos los 20 años, y no haber satisfecho antes las normas técnicas establecidas para la Primera Categoría, pasará automáticamente a la Segunda.

ARTÍCULO 17.- Para la organización del deporte escolar se tomará como base la edad del escolar y se conformarán los grupos de edades de acuerdo con las características y especificidades de cada deporte.

ARTÍCULO 18.- En el deporte escolar se promoverá para la etapa nacional de los juegos escolares de alto rendimiento un equipo formado por una selección, y en el caso de las espartaquíadas escolares de verano, el equipo que resulte campeón de la etapa provincial representará a la provincia en el evento nacional, y mantendrá el nombre del centro de origen. En todos los casos, los estudiantes atletas tendrán que haber promovido de grado para que se les autorice a su participación en el evento nacional.

ARTÍCULO 19.- Los juegos deportivos escolares de alto rendimiento se celebrarán todos los años, durante el período de vacaciones de los estudiantes. Cada provincia organizará las etapas competitivas que sean necesarias, con el fin de garantizar que los mejores valores participen en la etapa provincial, con vistas a la integración del equipo que representará al territorio en la etapa nacional.

Todos los atletas que hayan participado en la etapa precedente podrán ser elegibles para integrar la delegación provincial a los juegos deportivos escolares de alto rendimiento.

ARTÍCULO 20.- Las espartaquíadas escolares de verano celebrarán su etapa nacional con uno de los niveles de enseñanza que se seleccione de forma rotativa cada año. Los niveles que no pasen de la instancia municipal en las espartaquíadas de verano desarrollarán un calendario largo entre los meses de octubre y mayo del año siguiente.

En las espartaquíadas escolares de verano participarán los alumnos de las áreas deportivas y los centros escolares que no estén vinculados con la pirámide de alto rendimiento.

Las competencias de base comenzarán con actividades intramuros, y continuarán con los encuentros entre centros y escuelas. En los deportes colectivos se promoverá el centro o escuela que resulte campeón.

El Ministerio de Educación y el Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación serán, desde la base hasta la instancia nacional, los principales organizadores de las espartaquíadas escolares de verano, y la Unión de Jóvenes Comunistas, la Federación de Estudiantes de la Enseñanza Media y la Organización de Pioneros José Martí apoyarán su desarrollo, poniendo además a disposición del evento las capacidades e instancias deportivas de los campamentos de pioneros en que se organicen.

CAPITULO IV De la prioridad de los deportes

ARTÍCULO 21.- Se entenderá como prioridad del deporte la atención especial que se confiere a determinado deporte en los aspectos organizativos, técnicos, económicos y sociales, en relación con otros deportes, lo cual se definirá en regulaciones específicas y objetivos concretos a lograr en cada territorio, organismo, órgano y organización y en las instituciones de alto rendimiento.

ARTÍCULO 22.- El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación establecerá la estrategia del desarrollo deportivo nacional que deberá regir en el país durante un determinado ciclo,

definirá y emitirá las directivas necesarias sobre las normas y rendimientos para los distintos deportes, modos de competencias por categorías y edades, definirá el sistema de evaluación que se deberá adoptar y establecerá las líneas de desarrollo a seguir con los distintos deportes en las diferentes regiones e instituciones del país.

Una vez establecidas de forma oficial las directrices sobre la prioridad de los deportes, éstas serán de cumplimiento obligatorio para todas las provincias, organismos, órganos, organizaciones e instituciones responsabilizadas con su aplicación.

ARTÍCULO 23.- La prioridad que se establezca se aplicará sin descuidar el desarrollo de los demás deportes, y se tendrá en cuenta la importancia del trabajo masivo en todas las disciplinas, el carácter recreativo de la participación y la posibilidad real de incluir, en determinadas etapas del desarrollo, nuevas prioridades.

CAPITULO V De la organización y control de la práctica sistemática de los deportes

ARTÍCULO 24.- El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación adoptará las medidas organizativas y los mecanismos de control y evaluación que posibiliten la incorporación masiva y sistemática de todos los ciudadanos a la práctica de las actividades deportivas, con el propósito de lograr mayores niveles de participación, posibilitar una mayor recreación popular mediante los deportes, contribuir a elevar los índices de salud y alcanzar un rendimiento o capacidad física con las exigencias de la producción y la defensa.

DISPOSICIONES ESPECIALES

PRIMERA: El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación, basado en la estrategia del desarrollo deportivo nacional que regirá en el país para cada ciclo olímpico, podrá establecer excepciones en cuanto al número de equipos a participar en las etapas provincial y nacional.

SEGUNDA: El béisbol, por ser el deporte nacional, y dadas sus características, se regirá por normas especiales, elaborada sobre la base de los principios generales de este Decreto.

TERCERA: El Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias utiliza el deporte como un medio fundamental en la preparación física de sus miembros, en especial aquellos de perfil militar. Para posibilitar este objetivo, estrechamente vinculado con la preparación y disposición combativas, se dispone que las Fuerzas Armadas Revolucionarias estén representadas como institución en las competencias de fútbol, equitación, pentatlón moderno y, tiro deportivo y orientación en el terreno.

CUARTA: Las Fuerzas Armadas Revolucionarias constituyen una amplia y fuerte cantera para el desarrollo del deporte de alto rendimiento. El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación y el Ministerio de las Fuerzas Armadas Revolucionarias adoptarán las medidas que garanticen la preparación y la participación adecuada de los atletas y equipos militares en las competencias nacionales por invitación y las internacionales en Cuba.

QUINTA: La organización, práctica y desarrollo de los deportes considerados artes marciales, sólo podrán ser practicados con autorización previa y bajo control de los organismos competentes.

DISPOSICIONES FINALES

PRIMERA: Los organismos, órganos y organizaciones responsabilizadas con las actividades reguladas en este Decreto deberán incluir en sus respectivos planes las asignaciones de recursos financieros y materiales que aseguren el cumplimiento de las actividades que les correspondan.

SEGUNDA: El Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación queda responsabilizado con la elaboración, en un término no mayor de noventa días, a partir de la promulgación de este Decreto, del Reglamento que norme las actividades señaladas.

TERCERA: Se deroga el Decreto 51 del Comité Ejecutivo del Consejo de Ministros, de 20 de octubre de 1979, y cuantas disposiciones legales y reglamentarias de rango igual o inferior se opongan al cumplimiento de lo dispuesto en este Decreto que comenzará a regir a partir de su publicación en la Gaceta Oficial de la República.

DADO en la Ciudad de La Habana, a los 10 días del mes de febrero de 1988.

Fidel Castro Ruz
Presidente del Consejo de Ministros

Conrado Martínez Corona
Presidente

Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación
Osmany Cienfuegos Gorriarán
Secretario del Consejo de Ministros
y de su Comité Ejecutivo

Declaración de Autoridad.

Los resultados que se exponen en el presente Tesis de Maestría se han alcanzado como consecuencias de la labor realizada por la autora y asesorado y respaldado por la Facultad de Cultura Física “Nancy Uranga Romagoza”

Por tanto, los resultados en cuestión son propiedad de la autora y el centro antes mencionado y solo ellos podrán hacer uso de los mismos de forma conjunta y recibir los beneficios que se deriven de su utilización.

Dado en Pinar del Río a los ____ días del mes de __ del 2011.

Autor: Nombre (s) y apellido (s) y firma